பொருளடக்கம் .

உ
முருகா

கூவிளம் (வில்வம்)

இதென்ன! பெயரே புதியதாக இருக்கிறதே என்று மலைத்து விடாதீர்கள். இந்த கூவிளமும் விளாங்காய்போலதான் காய்க்கும். ஆனால் பழத்தை சுவைத்து தின்ன இயலாது. மேலும் கோயில் ஸ்தலங்களில் இம்மரத்தைக் காணலாம். ஓஹோ! ஒரு வேளை வில்வ மரமாக இருக்குமோ! என்று நினைக்கின்றீர்களா? அதுவேதான்.

வில்வத்தை பற்றி மிகைப்படுத்துவதாக யாரும் நினைக்க வேண்டாம்! மூலிகைகளைப் பற்றி பல ஆண்டுகளாய் சரளமாக எழுதிவந்த அடியேனுக்கு இதைப்பற்றி எழுதும்போது எழுதுகோல் ஓடமறுக்கிறது. மனம் துணிவு கொள்ள மறுக்கிறது. என்றாலும் எங்கும் நிறைந்த ஸ்ரீ முருகப் பெருமானின் சக்திதான் என்னை எழுதத் தூண்டுகிறது.

இந்த வில்வமரத்தை திருமூலர் என்ற சித்தர் ''கூவிளம்'' என்று அழைக்கின்றார். செங்குந்தம் என்றால் முருகன், செழுங்குன்றம்: செழுமையான குன்றின்மேல் வளர்பவன் அல்லவா? முருகன். முருகனுக்கு ''வில்வப்பிரியா'' என்ற சகஸ்ரநாமார்ச்சனையும் உண்டு.

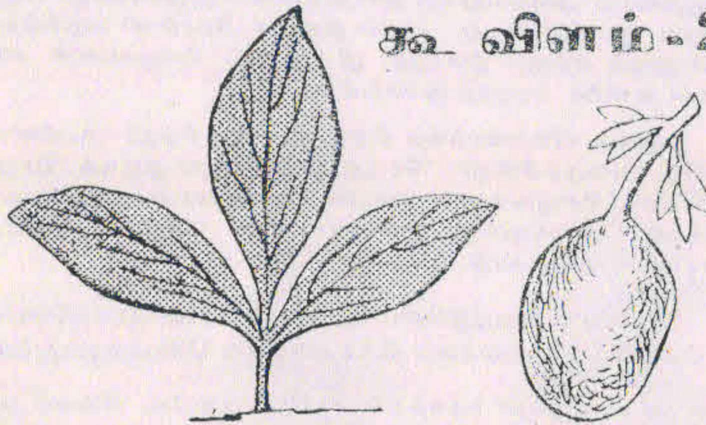
''கூவிளம் இதழிதும்பை கொண்டர்ச்சனை செய்தபேர்க்கு
தேவநாடாளவைக்கும் திருக்கைவேல் செங்குந்தம்துணை''

என்பது செங்குந்தர் சதகத்தின் சாரம். எனவே, வில்வம் முருகனுக்கு பிரியமான பொருள் என்றால் மிகையாகாது. முருகன் சாதி சமயங்களுக்கு எல்லாம் அப்பால் கடந்து நின்று தன்னை நினைப்பவர்களுக்கு அருள் புரிபவன் பவரோக வைத்தியநாதன் அது போலத்தான் கூவிளம் என்ற வில்வமும், தன்னை அண்

டினவர்களின் வினை தீர்க்கும், பாவம் போக்கும். தூயவனுக்கும் சக்தி கொண்டது. வில்வத்தைப் பற்றிக்கொண்டவர் யாவரேனும் சரி, எம்மதத்தை சார்ந்தவரானாலும் சரி, அவர் புகழ் ஓங்கும். தன்னலமற்று பிறநலத்திற்காக உழைக்கும் அன்பர்களாகி விடுவர் என்பதில் ஐயமே இல்லை. வில்வபத்ரத்தையும், விபூதியையும் கொடுத்து பணத்தையும் லக்ஷக்கணக்கில் திரட்டி சென்னை கோட்டத்து கந்தனுக்கு வெள்ளி ரதம் திருப்பணி செய்துவிட்டார். இது போலவே தணிகை முருகனுக்கும் வெள்ளி ரதம் செய்து அற்பணித்தார் ஒரு அன்பர். (மௌனகுரு சுவாமிகள்) முதன் முதலாக இவர் திருவலம் திரு. விஸ்வநாதர் ஆலயத்துக்கு வந்து தங்கி தன்னை நாடிவரும் அன்பர்களுக்கு எல்லாம் வில்வத்தையும் விபூதியையும் தான் கொடுக்க ஆரம்பித்தார்.

ஜீவ ஹிம்சையும், கொலையையுமே தொழிலாக கொண்டவர்களும் கூட வில்வத்தைப் பற்றிக்கொள்ள அவர்கள் பாபமெல்லாம் தொலையும். பரோபகாரியாகி விடுவார்கள் என்பதை ஸ்ரீ காளாஸ்திரி ஸ்தல புராணம் என்ற நூலைப் பார்த்தால் தெளிவாகும்.

கூவிளம்-2



வில்வ இலையும், காயும்.

தீக்ஷை மூன்றுவிதம்:-(1) கோழி தன் முட்டைகளை இறகுகளால் அடைக்காத்து குஞ்சு பொறிக்கும் என்பது அனைவருக்கும் தெரிந்த விஷயமே. இது ஸ்பரிச தீக்ஷை என்று சொல்லலாம். (2) நீரில் வாழும் மீன்கள் முட்டை இட்டதும்

அது தன்முட்டைகளை திரும்பி பார்க்குமாம். அதன் பார்வை பட்ட முட்டைகள்யாவும் குஞ்சாக பொறியுமாம். இது பார்வை தீக்ஷையாகும். (3) ஆமை எங்கேயாவது மணலில் முட்டையிட்டு சென்று விடுமாம் பிறகு தன் முட்டைகளைப் பற்றி அது நினைக்கும் போது தான் இந்த முட்டைகள் குஞ்சாகி பொறிக்குமாம். இது மானசீக தீக்ஷை.

இதுபோலவே மூலிகைஇனங்களில் மூன்றுவிதமான தெய்வீக மூலிகைகளால் மானிட பிறவிகளுக்கு மோட்சம் உண்டாகிறது என்பது நம் முன்னோர்களின் துணிபு. அதாவது தேவலோகத்து விருட்சங்கள் ஐந்து எனப்படும். அவை வன்னி, பாதிரி, வில்வம், மா, மந்தாரை. இதை பஞ்சதருக்கள் என்றும் கூறுவதுண்டு. மானசிக தீக்ஷைக்கு வன்னி மரத்தையும் (நினைக்க நற்பலன் கிடைக்கக்கூடிய சக்தி வாய்ந்தது.) பார்வை தீக்ஷைக்கு பாதிரி மரத்தையும்(பார்க்க நற்பலன் கிடைக்கும்சக்தி கொண்டது) ஸ்பரிச தீக்ஷைக்கு வில்வ மரத்தையும் (கைகளால் தொடவும் உபயோகம் செய்யவும் நற்பலன் கிடைக்கும் சக்தி கொண்டது.) எனவேதான் இவைகளை நமது முன்னோர்கள் தல விருட்சமாக்கி, திருப்பாதிரிப்புலியூர், காளாஸ்திரி, திருநள்ளாறு, என்ற புண்ணிய ஸ்தலங்களை உண்டாக்கியுள்ளனர் போலும்!

கூவிளம் இல்லாத சிவாலயங்களே நம் நாட்டில் இல்லை எனக்கூறிவிடலாம்! வீடு கட்ட அஸ்திவாரம் தேவைப்படுவது போல, நமது உடம்பு வீடு பெற வேண்டுமானால் இந்த கூவிளம் பத்ரம் (வில்வ இலை) தான் அஸ்திவாரம். உடல் எடுத்த பயனால் வந்த தீவினைகள் அறிந்தோ, அறியாமலோ செய்தவை யாவும் தீயிலிட்ட பஞ்சு போல் அழியும். திருப்பதி வேங்கடவனுக்கு நாள் தோறும் துளசிப்பத்ரம் கொண்டு அர்ச்சனை செய்தபோதிலும், ஆண்டுக்கு ஒரு மாதம் இந்த கூவிளம் பத்ரம் கொண்டு கலியுக வரதனுக்கு அர்ச்சனை செய்து வருகிறார்கள் என்றால் வில்வபத்திரின் மகிமையை எடுத்துரைக்கவும் வேண்டுமோ!

'வி' என்ற எழுத்துக்கே ஓர் மகிமை! 'வி' நாயகர், உதாரணம் 'வி' என்ற பொருளுக்கு மேல் ஏதுமில்லை மிக உயர்ந்த வஸ்து. எல்லையில்லாதது, வெள்ளையன் கூட 'வி' பார் விக்டரி என்றான். 'வி' + இல்லம் — வில்வம். எல்லையில்லாதது மோட்ச வீடு. இது கிடைக்க சாதனம் வில்வம்.

ஆன்மாவுக்கு மட்டுமா? மோட்சம், இல்லை. உடலுக்கும் சூட்சுமமாக வழி காட்டினர் நம் நாட்டு சித்தர்கள். பற்பல காலத்தில் தோன்றிய பதினெண் சித்தர்களில் ஒருவராவது வில்வத்தைப் பற்றி சொல்லாமல் விட்டதில்லை. இவர்கள் கூறியவற்றில் எதைக் கூறுவது எதை விடுவது? இப்படி உடலுற்ற துன்பங்களையும் ஆன்மாவின் வல்வினைகளையும் ஒருங்கே துடைக்கும். கூவிளத்தின் மருத்துவப் பயன்களை இனி கவனிப்போம்.

இம் மரம் மருத்துவப் பயனுவது போல வேறு எந்த மரமும் உபயோகமாவதில்லை. அடி வேர் முதல் இலை, பூ, காய், பழம், பிஞ்சு, வேர்ப்பட்டை, மரப்பட்டை, பிசின் உள்பட யாவும் பயன் தருவனவாகும். ஒவ்வொரு பாகமும் ஒரு செய்கையும் குணத்தையும் உடையதாக இருக்கும். எனவே இதை எல்லா நோய்களிலும் ஏற்றபடி தயாரித்து சமயம், இட பேதங்களை அனுசரித்து உடலுற்ற பிணியைப் போக்கிவிடுவார்கள் சித்த வைத்தியர்கள்.

வில்வ மரத்தில் பலவிதமுள்ளது. மூவிலைகளை உடைய வில்வத்தில் இரு விதமுண்டு. இதில் இலைகள் மட்டும் வித்தியாசமாக காணும். ஒன்றின் இலைகள் அகலமாகி விநாயகர் உருவம் போல் மூவிதழ்களும் காணக்கூடியது. மற்றொன்று, இலைகள் கூரிய வேல் போல் நீண்டு இருக்கும். இந்த இரண்டு ரகமும் விக்ரஹ ஆராதனைக்குறிய பத்ரங்களாகும். இஃதன்றி ஐந்து இலையுடையது, எழு இலைகளையுடையதும் உள்ளது உண்டு. இவைகளை முறையே த்ரிபத்ரம், பஞ்சபத்ரம், சப்தபத்ரம் என்றும் சொல்லுவார்கள். மற்ற சமூலங்களான பூ, பிஞ்சு, காய் இவைகளில் வித்தியாசம் ஒன்றும் இராது.

இலையின் பொதுக்குணம்

இதன் சிறப்புக்குணம் சாதாரணமாக கண்களால் காண்பது அரிது. மனித உடலுறுப்புகளில் இன்ன இடத்தில் தான் வேலை செய்யும் என்று வரையறுத்துக் கூற இயலாது. மற்ற மூலிகைகள் எல்லாம் உடலிலும் உடலோடு ஒட்டிய உயர்நிலை அதாவது ஜீவசக்திலும் மட்டும் தான் வேலை செய்யும். அதனால் குறிப்பிட்ட அவயங்களின் மாறுதல்களை கவனித்து வரையறுக்கலாம். கூவிளத்தின் குணதிசயம் ஆன்மா வயபட்டதாகும் இன்னும் ஒருபடி அதிகமாக கூறுவதானல் தெய்வீகத்

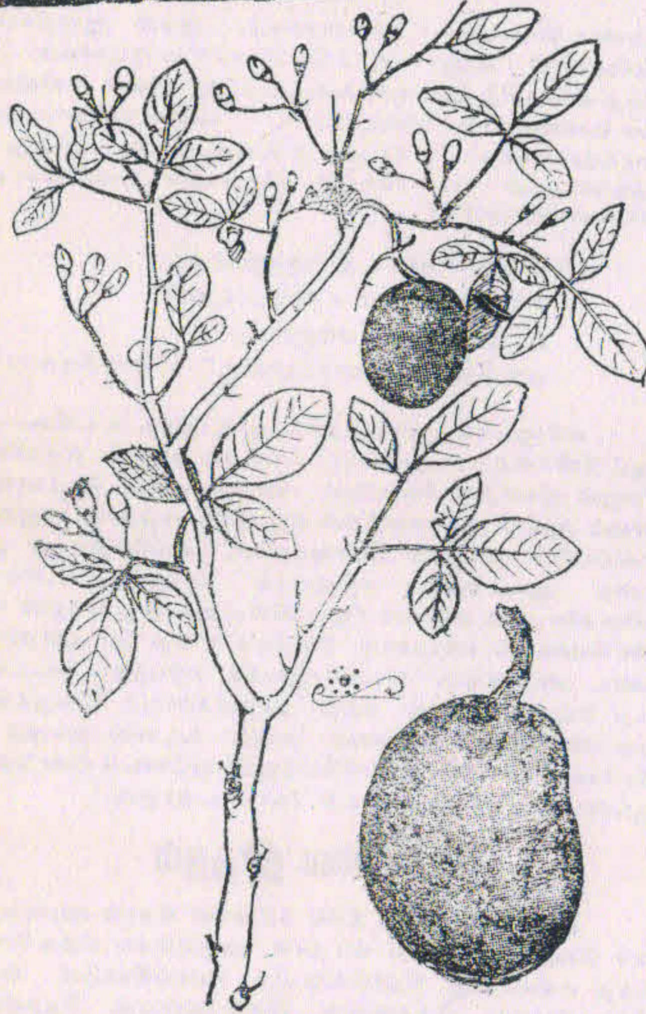
தன்மை பொருந்திய மூலிகையாம். இதன் ஆங்கிலப் பெயர் தெரியுமோ? "ஏஞ்சல் மார் மெலோஸ்" என்பார்கள். எனவே இதை நம் தமிழ் நாட்டில் நன்கு தெரிந்தவர்கள் "வில்வ இலை" என சொல்லாமல் "வில்வ பத்ரம்", "வில்வ தளம்" என்றுதான் சொல்லுவார்கள். ஒரே ஒரு வில்வதளத்தை எடுத்து தெய்வ சிந்தனையுடன் உட்கொள்ள பிறவியின் குண தோஷங்களை தூய்மையாக்குமாம்!

"திரிகுணஞ்ச : திரிகுணகாரம்;
த்ரி நேத்ராஞ்ச : திரியாயுதம்;
த்ரிஜன்ம பாப சம்ஹாரம்
ஏக பில்வம் சிவார்ப்பணம்" -(சமஸ்கிருத ஸ்லோகம்)

மனோவாக்கு காயத்தால் ஆன இந்த உடம்பை ஆன்மா ஆட்டுவிக்கிறது. முக்கண் படைத்த பரமன் திருவிளையாடல் நீகமும் ஜீவாத்மாக்களுக்கு, சென்ற காலம்–நிகழ்காலம்-எதிர் காலம் ஆகிய முக்காலத்தில் ஏற்படும், ஸத்துவ, ராஜஸ, தாமஸ எனப்படும் முக்குண தோஷங்களை, சிவபெருமான் திரிசூலம் என்ற ஆயுதத்தால் சம்ஹாரம் செய்வது போல ஆன்ம வினைகளை, ஏக வில்வம் (ஒரு வில்வ தளம்) முப்பிறவி தோஷங்களையெல்லாம் சம்ஹாரம் செய்யும் என்ற பொருள்தான் மேல் கண்ட ஸ்லோகம். உடல் இயக்க சம்பந்தப் பட்டவரையில் கூற வேண்டுமானால் சப்த தாதுக்களையும் பெருக்கி, உடல் வனப்பையும் பலத்தையும் தரும். உடலில் தங்கும் நீர்களை வியர்வை மூலமாக வெளியேற்றும். சூட்டைக் கொடுத்துஉடல் சூட்டைத் தணிக்கும் சக்தி கொண்டதாகும்.

வில்வ தீர்த்தம்

வில்வ பத்ரத்தை நீரில் 12 மணி நேரம் ஊரவைத்து பின்னர் வெறும் வயிற்றில் 40 நாள் அருந்தி வர பித்த ரோகத்தால் வந்த எல்லாவித நோய்களையும் போக்கிவிடும். பித்தவாயு, பித்த மேகம், பித்தஜுரம், பித்த குன்மம், நேத்திர நோய் கண்ணிருளல், துர்பலம் ஆகியவை யாவும் நீங்கும். இதுகாரணத்தையொட்டியே சிவாலயங்களில் வில்வதீர்த்தம் கொடுக்கப்படுகிறது. இதில் ஒரு ரகசியம் யாதெனில் செம்பு பாத்திரத்தில் ஊரவைக்கப்பட்ட வில்வ தீர்த்தம் வெகுவீரிய சக்தி வாய்ந்ததாகும். எனவே கோயில்களில் செம்பு பாத்திரத்தில் தான் தீர்த்தம் வைப்பது குறிப்பிடத் தக்கதாகும்.


வில்வம்

செம்பு பாத்திரத்தில் நீரை மட்டும் விட்டு தீர்த்தம் என்ருல் ஆகாது! அத்துடன் தெய்வார்ச்சனை மூலிகைகள் துளசி பத்ரம், வில்வபத்ரம் போன்றவைகள் சேர்த்து சிலமணி நேரம் ஊறவாடினுல் தான் ''தீர்த்தம்'' ஆகும். சகஸ்ரநாமம், அஷ்டோத்ரம், நாமாவளிகளைச் சொல்லவும் நீரும் பத்ரமும் அந்த பாத்திரத்தில் ஊறவாடியபின் தீபாராதனை செய்து தீர்த்தம் வழங்குவது நமது நாட்டின் பழம் பெருமை வாய்ந்த ரகசிய பிணிநீக்கும் முறைகளில் ஒன்று. அந்த காலத்தில் தீராத நோய்களுக்கெல்லாம் க்ஷேத்திராடனம் ஒன்றே சிறந்த மருந்து! நாள்பட்ட தீராத நோய்கள் என்று கைவிடப்பட்ட காசி முதல் இராமேசுவரம் வரை ஊர் ஊராகச் சுற்றி பலவித நீர் சீதோஷ்ணநிலை (கடும் குளிர் கொடுமையான வெய்யில்) ஆகியவைகளை எல்லாம் தாங்கிக்கொள்ளும் சக்தியை கொடுத்து விடுகிறது. இந்த தீர்த்தங்களும் தெய்வ தரிசனமும்.

வெண் குட்டம்

வில்வ பத்திரத்திற்கும் செம்பு பாத்திரத்திற்கும் உள்ள நெருங்கிய மருத்துவத் தொடர்பை வெளிப்படையாகஎந்த சித்தரும் சொல்லவில்லையானுலும் ஓர் அனுபவ உண்மை! ஒரு பெரிய செம்பு பாத்திரம் நிறைய இரவு நேரத்தில் சுத்தநீரை விட்டு அதில் இரண்டு கைப்பிடியளவு வில்வ பத்ரத்தைப் போட்டு நன்ருய் கலக்கி மூடி வைத்து விடவும் விடியுமுன் அதிகாலையில் எழுந்து தலையில் கொட்டிஸ்நானம் செய்யவேண்டும். உடம்பில் சோப்பு எதையும் தேய்க்காமல் பீர்க்கம் கூடு அரைப்பொடி, சீக்காய் தேய்த்தல் நன்று. இப்படியாக நாள் தவருமல் செய்துவர, பித்த ரோகத்தால்வந்த வெண்குட்டநோய்கள் கண்ட இடத்திலேயே கண்ட நேரத்தில் காபியை வயிற்றில் ஊற்றிக் கொண்டு வந்ததால் வந்த பித்த உடல் வெளுப்பு இதற்கும் தற்போது வெண்குட்டம் என்றுதான் சொல்லுகிருர்கள் இவைகள் யாவும் துவரை அளவு மொச்சை அளவும் அதற்குச் சிறியன வாக இருப்பின் அவைகளுக்கு ௨ மண்டலம் முதல் 4 மண்டலத்திற்குள் மறைந்து போகும். மேற் குறிப்பிட்ட அளவுகளுக்கு மேலும் உடலெங்கும் தீவிரமாக பரவி படரும் வெண்குட்ட நோயாளிகள் கூட இதை செய்யலாம் சுலபமான முறை!

பூராவும் குணம் கிடைக்கா விட்டாலும் பரவிய அளவோடு நிற்கும் இது கைகண்ட அனுபவம். பலருக்குச் சொல்ல பயன்கண்டுள்ளனர். வில்வ பிரியனாகிய முருகனை நினைத்து உருகி வழிப்படும் அன்பர்களுக்கு உடனே நற்பயன் கிடைக்குமென்பதற்கு ஐயமே இல்லை. ஆனால் இந்த சிகிச்சையின் போது பித்த உஷ்ணமான காய்கறி வகைகள், எண்ணை வித்துக்கள் மாமிச உணவுகள், புகை லாகிரி பொருட்களை விலக்கி பால், மோர், நெய், தயிர், பழம் போன்ற குளிர்ச்சி வகைகளைத் தான் கொள்ள வேண்டும். சூரிய உதயத்திற்கு பிறகு வில்வ ஸ்நானம் செய்வதும் பயனற்றதாகும்.

பெரும்பாடு நோய்

மாத ருது அளவுக்கதிகமாகவும், அடிக்கடியோ அல்லது எப்பொழுதும் உதிரப்போக்குடைய மாதர்கட்கும் வில்வதளம் எடுத்து காலை நேரத்தில் மட்டும் அம்மியில் அரைத்து கொட்டைப்பாக்களவு உள்ளுக்கு கொடுத்து உடனே குளிர் நீரில் தலை மூழ்கவைத்தால் குணமாகி விடும். வெந்நீரில் குளிப்பது கூடாது. தயிர், மோர் நிறைய சாப்பிடவேண்டும். காரம், புளியை நீக்கும் மாதர்களுக்கு துரித குணம் காணும்.

கண் நோய்கள்

கூவிளம் தளிரை எடுத்து வதக்கி சூட்டுடன் கண் இமைகளில் ஒற்றடம் செய்தால் கண் நோய்களில் வலி, கண் சிவப்பு அரித்தல் போன்றவைகள் மாறி குணமாகும்.

தீவிர தொற்று சுரங்கள்

வில்வபத்திரம் ஒரு கைப்பிடி, சுக்கு, மிளகு, சீரகம் இவை மூன்றும் அரைபலம் சேர்த்து இடித்து 1 படி நீரில் விட்டு அரைக்கால்படியாக காய்ச்சி கொடுக்க சுரங்களைப்பிரித்துஇன்ன சுரம் என குறி குணங்களைக் காண்பித்து சிக்கலடையாதவாறு தணித்து பாதுகாக்கக் கூடியது. சுரத்தின் வெப்பநிலையை சீராக்கி நோயைக் குறைத்து விடும்.

வில்வ தளம் மூன்று இலையுடையது பொதுவாக எங்கும் கிடைக்கக் கூடியதே. இதை சுத்தமானதாகவும் பூச்சிகள் அரிக்காமல் இருக்கும் இலைகளை எடுத்து நிழலில் உலர்த்தி வேண்டிய அளவு சேகரித்து கல் உரலில் மர உலக்கை கொண்டு

இடித்து நன்றாக தூள் செய்து மெல்லிய துணியில் வடிக்கட்டின சூரணத்தை ஒரு கண்ணாடி புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும். அளவு அரை தேக்கரண்டி, சிறுவர்கட்கு பாதி அளவும், கீழ்காணும் அனுபானங்களில் சேர்த்து கொடுக்கலாம்.

(1) இந்த வில்வச் சூரணத்தை மேல் சொன்ன அளவுபடி பசுமையான வெற்றிலையில் போட்டு தேன் கலந்து குழைத்து நாவில் சுவைத்து விழுங்க வேண்டும். ஜலதோஷம் தலைவலி, மண்டை குடைச்சல், சீதள சம்மந்தப்பட்ட சுரங்கள் இருமல், மார்பு சூலை, தொண்டைகட்டு, சளி-காசம், இலைப்பிநமல் ஆகியவைகளுக்கு காலை, மாலை இருவேளை நோய் தீரும் வரை சாப்பிடலாம்.

(2) பசு நெய் அல்லது வெண்ணெயில் சாப்பிட உஷ்ண சம்மந்தப்பட்ட நோய்களான எரிச்சல், பித்தம் வயிற்று வலி குன்மம், ரணம் மலச்சிக்கல் பசியின்மை, மேக சம்மந்த நீர் தாரை எரிச்சல், மஞ்சள் நிறமான சிறுநீர், வெள்ளை, வெட்டை ஆகியவைகள் நீங்கி விடும்.

(3) மிளகு தூளுடன் சேர்த்து வெள்ளாட்டுப் பாலில் கொடுக்க சகலவித காமாலை, சோகை, பித்தபாண்டு, குன்ம வயிற்று வலி, ரத்த மில்லாத சுண்டிபோன வியாதிகள், கடுமையான மலச்சிக்கல், தேக வரட்சி, உடல் மஞ்சள் நிறமாகி விடுதல், பலஹீனம் ஆகியவை போகும். மஞ்சள் காமாலைக்கு 20 துளி கரிசலாங்கண்ணி இலை ரசமும் சேர்க்க உடனே நோய் துரித குணம் [illegible]ணும்.

(4) சுக்குத் தூளுடன் சேர்த்து வெந்நீரில் கொடுத்துவர வாய்வு சம்மந்தப்பட்ட வலிகள், குடைச்சல், நரம்புக் கோளாறுகள். வாய்வு சம்பந்தமான பேதி, அஜீர்ணம், மந்தம் பசியின்மை, கைகால் குடைச்சல் ஆகியவைகள் தீரும்.

(5) பசுவின் கோமியம் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து அதில் கலந்து கொடுக்க மகோதரம், வீக்கம், நீரேத்த வியாதிகள், கல்லீரல் மண்ணீரல் வீக்கம் ஆகியவைகளுக்கு வழங்கலாம்.

(6) பசுவின் மோரில் கலந்து கொடுக்க வயிற்றுக் கோளாறுகள் சம்மந்தப்பட்ட வியாதிகள், மேக சம்மந்தப்பட்ட வியாதிகள் யாவும் போகும். இந்த சிகிச்சையின் போது கடுகு,

கடலை எண்ணெய் நீக்கி, சுட்ட புளியும், உப்பு வறுத்தும் இச்சா பத்தியமாக இருப்பது அவசியமாகும்.

கூவிளம்-பூ

குழந்தைகளின் மாந்தம், அஜீரண பேதிகளுக்கு வில்வப் பூவை உலர்த்தி தூள் செய்து. இரண்டு சிட்டிகை பசும்பாலில் கொடுக்கதீரும்.

பிஞ்சு

சிறு பிள்ளைகளுக்கு கிராமங்களில் சீதபேதி, வயிற்றுக் கடுப்பு, வயிற்று ரணம் ஆகியவைகளுக்கு இளம் பிஞ்சுகளை அரைத்து கட்டி எருமைத் தயிரில் கலக்கிக் கொடுப்பார்கள்.

(முதிர்ந்த காய்) தந்தரோக பல்பொடி

முற்றின காய்களை நிறைய சேகரித்து எடுத்து உலர்த்தி உடைத்து ஒரே கும்பலாகச் சேர்த்து தீமூட்டி நன்றாக எரித்து கரியாக்கி அவித்து வைத்து கொள்ளவும். காய்கள் எவ்வளவு கரியாகியதோ எல்லாம் ஒன்று சேர்த்து இடித்து தூளாக்கி வைத்து அத்தூள் அளவில் 16 ல் ஒரு பாகம் சோற்று உப்புத் தூளும் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். இது ஒரு தூய்மையான பற்பொடி! இதைக் கொண்டு தினமும் பல் துலக்கிவர நுணாக் காய் பற்பொடி, எருக்கன்பூ பற்பொடிகளுக்கு உள்ள குணம் இதற்கும் உண்டு. பல் ரோகங்கள் அனைத்துக்கும் மிக நல்லது. தந்த ரோகம் வராமலும் பாதுகாக்கும்.

வெண்குட்டம் உடையவர்களும், உடம்பின் மேல் வெள்ளையாக சர்மம் வெளுத்து போனவர்களும், வெள்ளை நிறமாகிவிடும் சர்ம ரோகங்களும் உடையவர்கள் வில்வக் காயை உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு இரவில் படுக்கு முன்பு சந்தனக்கல்லில் பசும் பால் விட்டு உறைக்க அதில் இருந்து வரும் சந்தனம் போன்ற விழுதியை மேல் குறிப்பிட்ட வெள்ளை நிறமான இடங்களில் நாள் தோறும் சோம்பல் இன்றி தடவி வந்து காலையில் குளிக்க வெண்ணிற புள்ளிகள் யாவும் மறைந்தே போகும். கை கண்ட அனுபவம்.

பசுமையான காயை பால் விட்டு அரைத்து தலைக்கு தேய்த்து குளிக்க கண் ரோகம், கண் எரிச்சல், பித்தச்சூடு கபால உஷ்ணங்கள் யாவும் நீங்கிவிடும். நல்ல தூக்கம் வரும்.

வில்வப் பழம்

வில்வப் பழம் நாள் பட்ட குன்ம ரோகங்களை எல்லாம் கண்டிக்கும். பழத்தை கும்பி அடுப்பில் போட்டு வேக வைத்து உடைத்து உள் சதையை சாப்பிட்டுவர வயிற்று ரணம் குன்மம், எரிகுன்மம் போன்ற நோய்கள் ஆபரேஷன் இன்றி குணமாகி உள்ளது.

வில்வப் பழத்தில் இருந்து, வில்வத் தைலம் என்று சித்தர் உரை விளக்கத்திலும், தேரையர் தைல வர்க்கத்திலும் அநேக முறைகள் காணக் கிடக்கின்றன. அன்றியும் வில்வப் பழத்தில் சத்து எடுக்கும் முறை ஒன்று உள்ளது. இவை யாவும் நல்ல கைதேர்ந்த பரம்பரை சித்த வைத்தியர்கள் இன்றும் கையாளுகின்றனர். வில்வப் பழத் தைலத்தாலும், பழரசத்தாலும் லேகியத்தாலும் நாள் பட்ட தீராத பல நோய்கள், க்ஷயம், காசம், நாள் பட்ட சீதபேதி, கிராணி, மூளையைப் பற்றிய ரோகம், கண் ரோகங்கள், குடல் ரணங்கள் முதலியன தீர்த்து போக்கும் என்பதில் ஐயமே இல்லை.

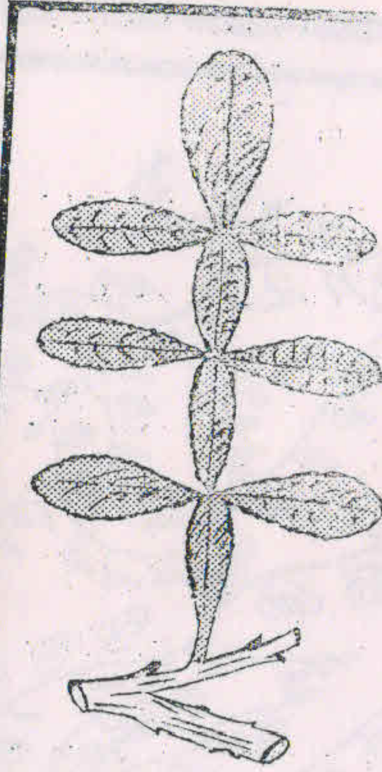
பழச்சதையைக் கொண்டு சர்க்கரை கலந்து சர்பத் காய்ச்சும் முறையும் உண்டு. வில்வப்பழ சர்பத் குடலுக்கு பலத்தைக்கொடுத்து பேதியை நிறுத்தும். அதுபோல மலச் சிக்கல் இருப்பின் மலத்தையும் இளக்கி வெளியேற்றும் இரண்டு குணத்தையும் பெற்று உள்ளது. பழம் குடல்வாதம் போக்கும் சிறப்பு குணம் பெற்றதாகும்.

வில்வவேர்

வில்வ வேரை ஒரு புளியங்கொட்டையளவு எடுத்து இடித்து 4 அவுன்சு தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து அத்துடன் காய்ச்சிய பசும்பால் சேர்த்து தினமும் காலைவேளை குடித்துவர இந்திரியஸ்கலிதம் நிற்கும். வித்துவை பலப்படுத்தும். போகத்தில் இச்சை கொடுக்கும் முகம் அழகு தரும்.

வில்வ இலைச் சூரணத்திற்கும் இதுபோல குணம் உண்டு. ஆனால் அதற்கு ஜாதிக்காய் சூரணம் அனுபானமாகக் கொள்ள வேண்டும்.

உடலுக்கு வலுவையும், அழகையும், புத்தி தெளிவையும் ரோகங்களை நிவர்த்தி செய்வதிலும் சித்தர் முறை வில்வாதி லேகியம் நிகரற்றதாகும்போகர் புலிப்பாணி, தேரையர் அகஸ்தியர் போன்றவர்கள் வில்வவேர் கொண்டு செய்யும் பலமுறை வில்வாதி லேகியங்களை கூறியுள்ளனர் சில லேகியங்களில் வில்வப்பிசினும் சேர்கப் படுகின்றனர்.


மஹா வில்வம்

விளா மரத்தில் சித்தி விளாமரம் போன்ற வில்வ மரத்திலும்காணக் கிடைக்காத வில்வ மரம் ஒன்று உள்ளது. 'மஹா வில்வம்'' என்பது அதன் பெயர். இதன் இலைகள் சாதாரண வில்வமரத்தின் இலைகளை விட வேறுபாடு நிறைந்தது. இலைகளுக்கிடையே காம்பு என்பதே கிடையாது! இலைகளோடு இலைகள் ஒட்டிக் கொண்டு நேர் நேராக நான்கும் குறுக்கே ஆறு இலைகளும் ஆக பத்து இலைகள் இருக்கும். இந்த மஹாவில்வத்தின் இலைகளைக் கொண்டுதான் இலங்கை வேந்தன் பரமேஸ்வரனை பூஜித்து சக்தி வாய்ந்த வரங்களைப் பெற்றதாக கூறுகின்றனர். இந்த இலையைக் காணுவதே பெரும் பாக்கியம் என்று சிலர் கருதுகின்றனர். இம்மரம் எங்கும் காணக்கிடைப்பதரிது. இந்த மஹா

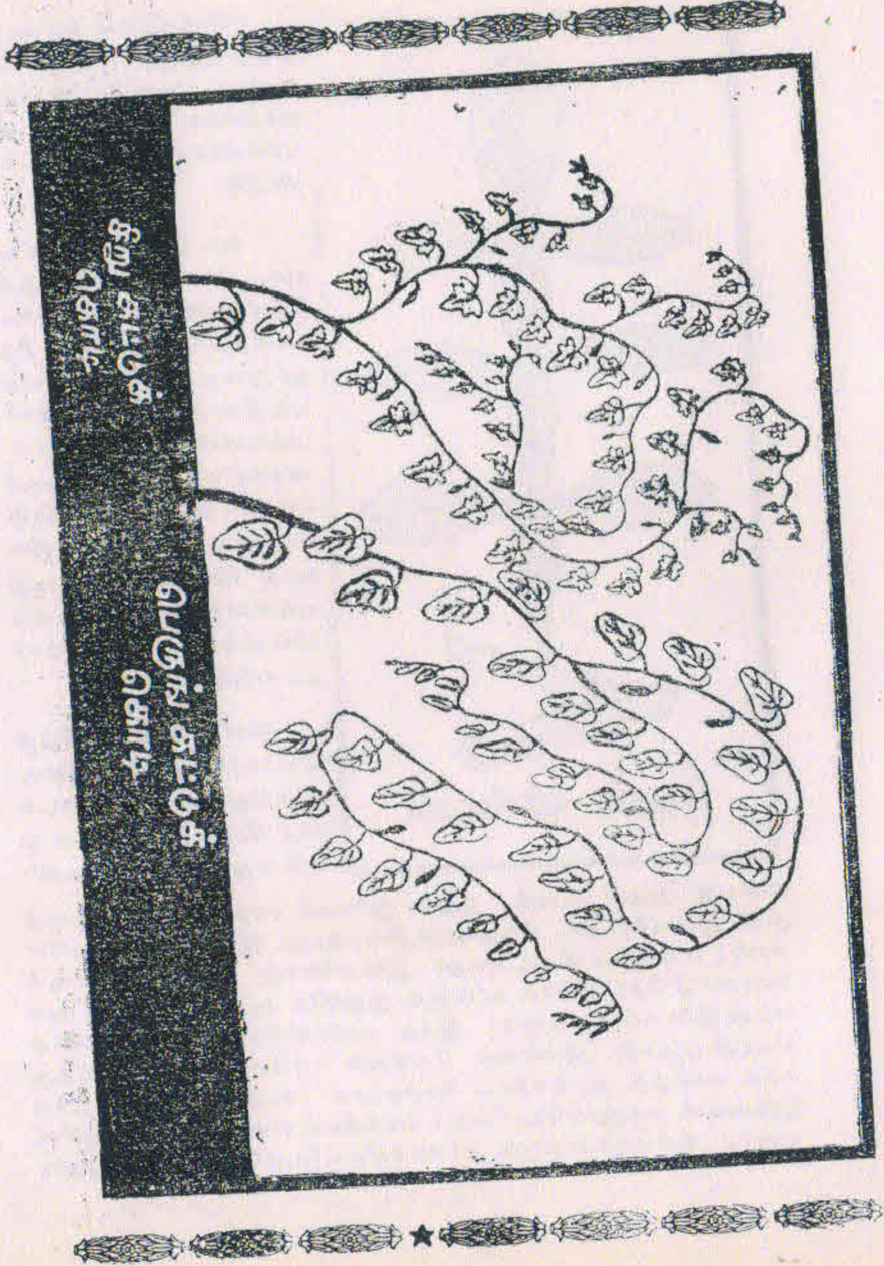
வில்வப்பத்ரம் கொண்டு அர்ச்சனை செய்ய பூர்வ வினையெல்லாம் தீரும் என்பதில் ஐயமும் உண்டோ? இந்த மஹாவில்வ மரம் சென்னையில் உள்ள கோமளீஸ்வரன் பேட்டை ஈஸ்வரர் கோயிலிலும் மயிலை கபாலீஸ்வரர் கோயிலிலும் இன்றும் உள்ளது. விரும்பும் அன்பர்கள் இதனைக் கண்டு நன்மை பெறலாம்.



கட்டுக்கொடி!

பஞ்ச பாண்டவர்களிலே பீமனும், அர்ஜுனனும் வீரப் பராக்கிரமங்களிலும், தருமர் பொறுமையிலும், நகுல சகாதேவர் கலைவல்லுனர்களாகவும் இருந்தார்கள் என்பது நமது நாடு அறிந்த ஒன்றே. இவர்களில் சகாதேவன் முக்காலத்தையும் அறியக்கூடிய கலைஞன். ஒரு சமயம் ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் இவரிடம் ஆலோசனைக் கேட்டபோது உங்களை கட்டிப் போட்டால் எல்லாம் சரியாகி விடும் என்று சொல்லவும், எதோ? கட்டு பார்ப்போம், என்றார் உடனே சகாதேவன் பக்தியால் எங்கும் பரந்து நின்ற பகவானை தன் இருதய அறையில் அடைத்துப் பூட்டி விட்டதாக மஹா பாரதம் கூறுகிறது. இதை வாசகர்கள் நம்பினாலும் சரி நம்பா விட்டாலும் சரி! இந்தக் கட்டுக்கொடியை நம்பினால் கட்டுக்கடங்காத நோயை எல்லாவற்றையும் கட்டிப் போடும்.

கட்டுக்கொடி என்னும் இந்த மூலிகை சாதாரணமாக கிராம புரங்களில் உள்ள நீர் நிலைகளுக்கருகேயும் ஈரப்பசையுள்ள இடங்களில் வளரும்கொடியினம் கோவைக் கொடியினத்தைச் சேர்ந்த இது, அதுபோலவே பூத்து காய் விடும். காயும் பூவும் மிகச் சிறியதாகஇருக்கும் இதன் காம்பு தந்தி கம்பி போல வெகுநீளமாகஓடி நான்கங்குல நீளத்திற்கொருஇலை விட்டுபரவும் பொதுவாக இதனை முட்புதர், வேலியோரம் மரங்களின் மேலும் ஏராளமாக வளர்வதைக்காணலாம். இதில் சிறு கட்டுக்கொடி பெருங் கட்டுக்கொடி என இரு வகையுண்டு. படத்தைகவனித்தால் இவைகளின் தோற்றம் நன்கு விளங்கும். இழுத்து அறுக்க எளிதில் அறுபடாது. எனவே கிராமங்களில் கால் நடைகளுக்கு தீவனம் சேர்க்கப் போகும் மாந்தர்கள் புல் சுமை



தழைகள், ஆகியவைகளைக் கட்ட கயிறுகளுக்கு பதிலாக இந்த கட்டுக் கொடியால் கட்டி தலைமீது சுமந்து வருவார்கள். இதன் இலையைக்கசக்கி புகர கோவை இலை வாசனை வரும்.

மருத்துவ குணம்

கட்டுக் கொடி நீரைக் கட்டுவதில் மிகவும் சிறப்பு வாய்ந்தது தளர்ந்த உடலைக் கட்டி தேற்றிவிடும். உஷ்ணத்தை தணித்து குளிர்ச்சியுண்டாக்கும். மலத்தையும் இளக்கி விடும். உஷ்ணத்தால் வெந்து போனமாதிரி உள்ள உள்ளுறுப்புகளை ஆற்றிவிடும். டயாபடீஸ் என்ற சர்க்கரை வியாதியும், சீத பேதி, ஆசனகடுப்பு ஆகியவைகளை நிறுத்தும் சக்தி சிறுகட்டு கொடிக்கும், நாள் பட்ட கிராணி பேதி, வாத நோய்கள், சிறு நீர் துவாரத்தின் எரிச்சல், பித்தம், எரிகுன்மம், மாதர் ருது காலபெரும்பாடு நோய், உதிரம் அளவுக்கு மீறி அதிகமாக போவது போன்ற நாள் பட்ட நோய்களை குணப்படுத்தும் சக்தி பெருங்கட்டுக் கொடிக்கும் உண்டு.

கட்டுக் கொடி இலைகளை பிழிந்து அதை நீரில் விட்டுப் பார்க்க சிறிது நேரத்திற்கெல்லாம் நீர் பச்சையாக கட்டிப்போகும். நீரையே கட்டி விடும் என்பதை இந்த சோதனையால் பார்க்கலாம். இப்படி கட்டிப் போன நீரை நீர் ஒழுகும் புண்கள், கரப்பான் ஆகிய சர்ம நோய்களில் தடவிவர நமைச்சல் நீங்கி ஒழுக்கு நிற்கும்.

உபயோக முறைகள்

சிறு கட்டுக் கொடி இலையை காலையில் வெறும் வயிற்றில் பசுமையாக சிறிதளவு (முழு கொட்டை பாக்களவு) மென்று தின்றுவர, ரத்த பேதி, சீதபேதி ஆசனக்கடுப்பு, எரிச்சல் ஆகியவை குணமாகும். சிறு கட்டுக்கொடி இலை, வேம்பின் கொழுந்து இரண்டையும் சம அளவு எடுத்து நாள்தோறும் புன்னைக் காயளவு காலையில் மட்டும் மென்று தின்று வர மேகரோக நீரிழிவுகள் நீங்கி விடும். அத்துடன் களைப்பு, ஆயாசம், தேக எரிவு, அதிக தாகம், அடிக்கடி சிறுநீர் கழிப்பது ஆகியவை நீங்கும். சிறுநீரில் உள்ள சர்க்கரையும் குறையும். இன்சுலின் ஊசி போட்டால் தான் உடம்பிலுள்ள சர்க்கரை சத்து குறையும், வேறு வழியில்லை என்று நாள் தோறும் உடம்பைப் பொத்

தல் செய்து கொள்பவர்கள் கூட இதைப் பயன் படுத்தி குணம் காணலாம். இதை தினமும் பசுமையாகவே சாப்பிட வசதியற்றவர்கள் சிறு கட்டுக் கொடி இலையும் வேப்பிலைக் கொழுந்தையும் சம அளவாக எடுத்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து கொண்டு இரண்டு சிட்டிகை அளவு வாயிலிட்டு வெந்நீர் குடிக்கலாம். இச்சா பத்தியமுடன் இருப்பது அவசியம்.

பெருங் கட்டுக் கொடி இலையை எடுத்தரைத்து ஒரு எலுமிச்சம் பழ அளவில் பாதி எடுத்து காலையிலும் மாலையிலும் கட்டி எருமைத் தயிருடன் கலந்து குடிக்க, நிற்காமலே போகும் பெரும்பாடு உதிரம் நின்று மாதவிடாயைச் சரிப்படுத்தும். இது போல நிற்காத பேதி, நாள் பட்ட கிராணி இவைகளுக்கு இதன் இலை மாங்கொட்டை பருப்பு இரண்டும் பசும்பாலில் அரைத்து சிறிது சர்க்கரை கலந்து புன்னைக் காயளவு காலை மாலை கொடுத்து கஞ்சியின ஆகாரத்தில் வைக்க பேதி யாவும் நின்று விடும். இதே சிகிச்சை பிரமேக நீர் ஒழுக்கு, தாது க்ஷீணம், மூத்திர தாரை நீர் எரிச்சல்களுக்கும். குத்தல் நோய்களுக்கும் கொடுத்துவர அவை குணமாகும். இதன் சிறிய காய்களையும் கிராமங்களில் மேல் கண்ட நோய்களுக்கு பயன் படுத்துவது உண்டு.

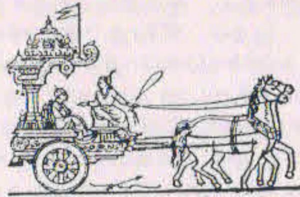
கட்டுக்கொடி வேரை சிறிதளவு எடுத்து அலசி நசுக்கி ஒரு குவளை நீருடன் கலந்து நாலு மிளகு, சிறிய துண்டு சுக்கு இரண்டு இடித்து கலந்து கஷாயமாக காய்ச்சி அரை குவளையாக்கி அதை இருமுறை தினமும் சாப்பிட வாத வலிகள், வாயு நோய், கீல்வாயுக்களையும் போக்கும்.

சிறுவர்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும் மாந்த கணத்தால் வரும் பேதிகள், பூதப் பிரேத பைசாச கணத்தாலும் பக்ஷி தோஷத்தாலும் வரும் பச்சை நிற பேதிகள், வாயு உபத்திரவத்தால் வயிறு உப்புசத்துடன் காற்றும் நீரும் சேர்ந்துக் கொண்டு அடிக்கடி பீச்சாங்குழல் போன்று அடிக்கும் பேதிகளை நிறுத்தி விட கட்டுக் கொடி ஒரு முக்கியமான மூலிகை! முருகன் அருள் சக்தியை மனதில் நினைத்து பக்தி சிரத்தையுடன்கொண்டு வந்து குழந்தைகள் மேல் கண்ட மாதிரி நோயால் அவஸ்தை படும் போது, வயிற்றைச் சுற்றிலும் தளர்த்தியாக கட்டிவைக்க பேதியைக் கட்டி நிறுத்தும். இதை பசுங்கன்றுகளுக்கும் எருமை

கன்றுகளுக்கும் ஆகும் பால் அஜீர்ண பேதிகளை நிறுத்த கொடியை வயிற்றில் சுற்றிவைத்து இலைகளை உள்ளுக்கும் கொடுப்பார்கள். உஷ்ணத்தால் வந்த எரிகுன்ம ரோகங்களுக்கும் கட்டுக் கொடி சாறு இஞ்சி சாறு சேர்த்து அதில் மிளகும் சீரகமும் தூள் செய்து போட்டு அளவுடன் சாப்பிட்டு வர 20 நாளில் தீரும்.

> "பெரிய கட்டுக்கொடிக்கு பேசு பெரும்பாடும்
> அரிய மலபேதியும் போம் அப்பால் --உரிய
> சிறுத்த கட்டுக்கொடிதரன் சீதாத்தம் நீக்கும்
> இறுத்த புனலைக் கட்டுமெண்." –(கும்பமுனி)

கட்டுக் கொடியை சகாதேவனைப் போல் நீங்களும் பக்தியுடன் எடுத்துப் பயன்படுத்தி நோய்களை கட்டுப் படுத்திக் கொள்ளுங்கள்!



மூலகம் என்ற

முள் அங்கி

அங்கி என்ருல் கவசம் என்று பொருள். மேலங்கி அங்கவஸ்திரம் என்றெல்லாம் சொல்வது உடம்பை ஆடையால் போர்த்துக் கொள்வது அல்லவா? இப்படித்தான் முள் அங்கி இரும்பு கவசத்தை அணிந்து முற்காலத்தில் போர் வீரர்கள் போரிடுவார்கள். இத்தகைய முள் அங்கி தற்காலத்தில் மியூசி யம் என்ற பொருள் காட்சி சாலையில் இருப்பதைக் காணலாம் ஆனல் இங்கு குறிப்பிடுவது இந்த முள் அங்கி அல்ல. காய்கறி தோட்டப்பயிராக விளைவிக்கும் முள் அங்கியைத்தான் சொல் லப்படுகிறது. இதற்கு நாட்டு வழக்குப்பெயர் 'முள்ளங்கி'தான் சர்வ சாதாரணமாக இதனை எல்லாகாலத்திலும் நிறைய உணவு டன் பயன்படுத்துவது நமது நாட்டு வழக்கமாகும். மழை, பனி, குளிர்காலங்களில் சிலருக்கு உடம்புக்கு ஒத்துக்கொள் ளாது. இதை உட்கொண்டவுடன் தும்மல் மேல் தும்மல் போட்டு தலையில் நீர் ஏறி முகம் குளிர்ச்சியால் சிவந்துபோகும்.

இப்படி தாங்காத உடம்பை உடையவர்களுக்கு ஏதாகி லும் ஒரு நோய் இருந்து கொண்டேதான் இருக்கும் என்பதை இந்த காய்கறி முள்ளங்கி எடுத்துக் காட்டும். ஆனல் ஆரோக் கியமான உடலை உடையவர்களுக்கு இந்த முள்ளங்கி தொந்த ரவு ஒன்றும் செய்யாது. நல்ல தேக திடமும் போராடும் திறமை யும் உடைய வீரனுக்கு ஓர் இரும்பால் செய்த அங்கியை அணி வித்தால் அந்த பளுவையும் சுமந்துக் கொண்டு அலட்சியமாக வெற்றி நடை போடுவான். நோஞ்சான் ஆசாமிக்கு இரும்பு அங்கியை பூட்டினல் என் செய்வான்? நடக்கும் போதே இந்த அங்கி அவனை முள்ளாக குத்தும். இது போல காய்கறி வகையில் முள்ளங்கியைக் கண்டு பயப்படுவோர்கள் எல்லாம் நோஞ்சான்களே என்ருல் அது மிகையல்ல!



முள்ளங்கி

இந்த முள்ளங்கியில் இரண்டுவிதமுண்டு. ஒன்று வெள்ளை இனமும், மற்றொன்று சிவப்பு இனமும். இதில் வெள்ளை இனம் தான் நமது நாட்டுக்குரியது. குணத்தில் இரண்டும் ஒன்றேயானாலும் சிறப்புத்தன்மைகளை உடையது வெள்ளை முள்ளங்கி முள்ளங்கி ஒத்துக்கொள்ளாத உடம்பு இயற்கைக்குப் புறம்பாகி இருக்கிறது என்பதைக் காட்டும்.

முள்ளங்கியின் பொதுக்குணம்

இலை மிகக் குளிர்ச்சியைத் தரும். இதனால் நன்மையை விடக் கெடுதல் அதிகமென்றே கூறிவிடலாம். நகரத்தில் உள்ளவர்கள் முள்ளங்கியை வாங்கியதும் இலையை கழுத்தை முறிப்பது போல் முறித்து வீசி எறிந்து விடுவர். ஆனால் கிராமமக்களோ, இதையும் சமையலுடன் சேர்த்து உண்டு ஜீரணம் செய்துவிடுவார்கள். முள்ளங்கியாகிய வேர் கிழங்கு உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு மிக மிக நல்லது. இதன் விதை சுக்கில நாசத்தை தடுத்து தாது புஷ்டியைத் தரும். மலத்தை இளக்கும் சிறுநீரை பெருக்கும். உடலுக்கு உஷ்ணத்தையும் உண்டாக்கி பசியை தூண்டுவதில் வெங்காயத்திற்கு சமமாகும். முள்ளங்கியைக் குறுக்கே அரிந்து பார்க்க, மனித அவயத்தின் உள்ளே இருக்கும் மூத்திர நீர் குண்டிக்காய்(KIDNEY)களை அரிந்தது போல் பார்வைக்கு இருக்கும். எனவே இத்தகைய ஒருமைபாடுடைய பார்வைக் குறிகளைக் கொண்டே, இந்த முள்ளங்கியை சிறுநீர் சம்மந்தப்பட்ட நீர் ரோகங்களிலும் மூத்திர குண்டிக்காய்கள் தாபிதமாகி அதனால்வரும் நீரேற்றம், தலைவலி, குடல் சூலை, வீக்கம் முதலியவைகளுக்கும் கொடுக்கலாம் என்பதை ஒருவாறு யூகம் செய்யலாம். நமக்கு முன் வாழ்ந்த சித்தர்களும் இப்படித் தான் வாசனை பட்ட மாத்திரம் நோயெல்லாம் விலகும் என்றார்கள்.

"வாதங் கரப்பான் வயிற்றெரிவு சூலை குடல்
வாதங் காசம் ஐயம் வன்தலை நோய் - மோதுநீர்க்
கோவை பன்னோய் பல்சிலந்தி குன்மம்
இறைப்புகடும்புஞ்
சாவு முள்ளங்கீக் கந்தத்தால்" - (கும்பமுனி)

முள்ளங்கியை வாரம் இரண்டு முறை தவருமல் சாப்பிட வேண்டும். முள்ளங்கி வெங்காய சாம்பார், முள்ளங்கி பொறியல் மற்றும் பல காய்களுடன் சேர்த்து சமையலுடன் உட்கொள்வது நமது நாட்டின் பழம் பெரும் வழக்கு. இதையெல்லாம் வெறும் வாய் நாருசிக்கா? அல்லவே அல்ல. தமிழ் நாட்டின் சமையல் முறையே ஓர் அற்புதமான உணவு மருத்துவ சிகிச்சை. பெரும்பாலும் நோய்களுக்கு நாள் தோறும் உண்ணும் மூலமே சரிகட்டி விடும் பெருமையும் - திறமையும் நம் நாட்டிற்கு உண்டு. முள்ளங்கியால் உஷ்ண வாய்வு, பித்த சிலேத்தும தொந்தரவுகளால் வரும் நோய்களான வயிற்றின் எரிச்சல், குன்ம நோய் ஆசன எரிச்சல், சுவாச நோய், சளி இருமல், மண்டையிடி, நீர்க்கோவை, மூத்திர கோசங்கள், தந்த ரோகங்களான பல் நோய்கள், மேக ரோக கரப்பான் தினவு சொறிகளும் போகும் என்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை.

"ஐயோ! இந்த முள்ளங்கி எனக்கு ஒத்துக்கொள்ளாதே, தின்றவுடன் திமுதிமு என்று உடம்புக்கு வந்து விடுமே' என்று முணு முணுக்கும் அன்பர்களும் உண்டு! என்ன செய்யலாம் வழி நடைப் பாதையில் திசை மாறிவிட்டவர்கள் கல், முள் காலில் தைக்கும் போது இது வழிதானு என்று திடம் செய்துக் கொள்ள பாதையை நோக்கிய பின்பு, சரியில்லையே, அதோ! பாதை என்று சரியான பாதைக்கு வருவார்கள். அதுபோல கல் முள் குத்துகிறதே என்ருல் வேறு வழி? முள்ளங்கியும் இயற்கை நிலையில் நின்று மாறிவிட்ட உடம்புக்கு முதலில் சிறிது (கல் முள் தைப்பது போல) கிளர்ச்சியை உண்டு பண்ணும். உள்ளே இருக்கும் துர் நீரெல்லாம் நவ துவாரத்தின் வழியாக வெளியேற்றிய பிறகு முள்ளங்கி உடம்புக்கு முள் அங்கிபோல் பாதுகாக்கும்.

மலச்சிக்கல் உடையவர்கள் நீர் ரோகத்தால் பாதிக்கப்பட்டோர், அதிமூத்திரம், அல்லது நீரே இறங்காமல் தடைப்பட்ட போதும், தினவு, வயிற்றெரிச்சல் காணும் போதும், உடல் ஊதி நீர் பெருத்து குத்தல், குடைச்சல், வாத நோய் விக்கம் கண்டு அவஸ்தை படுவோரும், சுவாசம், கப நோய், இருமல் உடையவர்களுக்கு அடிக்கடி முள்ளங்கியைச் சமையலுடன் சமைத்து உண்டு வாருங்கள்.

இந்த முள்ளங்கியில் உப்பு எடுத்து (பிரண்டை உப்பு போல்) காய்ச்சுவதும் மிகப் பழங்காலத்தில் வழக்கில் இருந்த

தாக தெரிகிறது. தற்காலம் நவீன மருத்துவங்கள் பரவி விடவே இம் முறைகள் எல்லாம் சர்வ நாசமாகி விட்டன. இந்த முள்ளங்கி உப்பு தீராத நீர் ரோகங்களுக்கும், மூத்திர நீர், குண்டிக்காய், கல்லீரல், மண்ணீரல் பழுதடைந்த போதும், பித்த பாண்டு ரோகங்களுக்கும் இந்த உப்பை வழங்கி குணம் கண்டதாக பரம்பரை மருத்துவர்கள் கூறுவார்கள்

முள்ளங்கி உப்பை தற்காலம் தயாரிக்க முடியாவிட்டாலும் பச்சையாகவே மேல் குறிப்பிட்ட நோய்களுக்கு தின்னலாம் சிறிது காரமும் விறுவிறுப்பும் உடையது. அளவுடன் அரை முள்ளங்கி மட்டும் சாப்பிட்டு வரலாம்.

முள்ளங்கியை இடித்துச் சாறு பிழிந்து தினமும் காலை ஒரு சங்களவு உள்ளுக்கு சாப்பிட்டு வர மூத்திர குண்டிக்காய் ரோகங்கள் நீர்த்தாரை, நீர்ப்பை ஆகியவைகளில் உள்ள குற்றங்களை நீக்கும்,

விதை

இது தாதுவை விர்த்தி செய்யும் விதையைக் கஷாயமிட்டு அளவுடன் குடித்து வரலாம். இது வழக்கில் இருப்பதாக தெரியவில்லை. ஆயினும் பலவித விதைக்கொட்டைகள், வேர்கள், சமூலங்கள் சேர்த்து கொடுப்பதில் நற்பயன்கள் ஏற்பட்டுள்ளன. முள்ளங்கி விதை சேர்த்து செய்யும் தாதுபுஷ்டி லேகியங்கள் மிகவும் சிறப்பு வாய்ந்தவையாகும்.

முள்ளங்கிக்கு வேறு அகராதிப் பெயர் "மூலகம்" என்பது மூலம் என்ருல் அடிப்படை தளம், அடி. வேர் என்று பொருள் "அகம்" என்ற • இந்த உடம்புக்கு மூலமான கிழங்கு மூலகம் என்பதை இந்தவாக்கியம் உணர்த்துகிறது. எனவே இரும்பு உலோகத்தால் செய்த முள் அங்கி வீரனுக்குத்தான் உதவும். இயற்கை அன்னை தரும் (முள் அங்கி) முள்ளங்கியோ, நோயால் மெலிந்த நோஞ்சான்களை வீரனுக்கும் தகுதியை உண்டாக்கி முள் அங்கிகளை அணியவைக்கும் என்பதனை இதன் பெயரிலே யே நமக்கு விளங்க வைத்து விட்டனர். போகட்டும்! பழங்கால வீரர்கள் அணிந்த முள் அங்கியை தற்கால மியூசியத்தில் வைத்து காட்சி பொருளாகி விட்டதுபோல் இந்த கிழங்கு முள் அங்கியையும் பயன் படுத்தாமல் காய்கறி கடை காட்சிப் பொருளாக மதித்து அலட்சியம் செய்யாதீர்கள். முள்ளங்கியை வாங்க முந்துங்கள்! மூப்பினை நீக்கும்!! மூத்திர ரோகத்தை தீர்க்கும்!!!

க றி வே ம் பு

பராசக்தி என்ற வேம்புக்கட்டுரையை இரண்டாம்பாகத் தில் வாசித்த அன்பர்கள் இந்த கறிவேம்பு பற்றிய விஷயமும் எழுதியுள்ளனர். வேம்பு, மலைவேம்பு, சர்க்கரை வேம்பு ஆகி யவைகளுக்கு விளக்கம் தந்தது போல இதனை அறிய ஆவல் போலும். கறிவேம்பு என்பது என்னமோ? அதுவும் கசப்பு ருசியாகத்தான் இருக்குமோ என்று நினைத்து விடாதீர்கள்! நாம் சமையலில் சாதாரணமாக நாள்தோறும் சேர்க்கும் கறிவேப் பிலைக் கொத்து இருக்கிறதே அதைத்தான் கறிவேம்பு என்று அகராதிகள் குறிப்பிடுகின்றன. உணவுடன் உண்ணும் பலவித காய்கறிகளுடன் நம் நாட்டில் மிக பழமையான காலத்திலிருந்தே கறி பதார்த்தங்களுடன் சேர்ப்பது வழக்கம். எனவே, இதற்கு கறி வேம்பு, கறிவேப்பிலை என்றே முன்னோர்கள் பெயர் வைத்து விட்டனர்.

இந்த கறிவேம்பு பெரியோர்களைவிட சிறுவர்களுக்குத் தான் மிக அதிகமாக தெரியும்! ஏனெனில் காய் மார்கெட் டுக்குப் போவோரின் கண்கள் புதிதாக என்ன காய் வந்துள் ளது, இதில் எது உடம்புக்கு நல்லது? அதை பேரம் பேசி நல் லதாக தேர்ந்து எடுத்துவருவதற்கே நேரமிருக்காது. வீட்டி லுள்ள தாய்மார்களும் அநேகம் பேர் கவனியாமல் வாணலியில் எண்ணெயை ஊற்றி, கடுகு போடும்போதுதான் கறிவேப்பிலை நினைவுக்கு வரும். காய் கூடையை அவசர அவசரமாக பார்த்தப் பின்பு இந்த அற்ப கறிவேப்பிலைக்கு பெரியோரை அனுப்புவதா என்று நினைத்துக் கொண்டே பள்ளிக்கு செல்லும் சிறுவனைக் கூப் பிட்டு அடே கண்ணு! நயினு!...... அடுப்பிலே கடுகு பொறியுது, சட்டுனு போயி கறிவேப்பிலை வாங்கி வாப்பா''என்று சொல்லும் போது; எனக்கு இரண்டு பைசா கொடுத்தா போவேன் என்று சொல்லி தனது கமிஷனும் சேர்த்து வாங்கிக்கொண்டு ஒரு நொடியில் போய் வருவான். இப்படி வாங்கித் தந்த கறிவேப் பிலையை எப்படி மறப்பான்?

கறிவேப்பிலை சிறுமர வகுப்பைச் சேர்ந்தது. பொதுவாக இது காட்டில் வளர்ந்தாலும், நாடு நகரங்களில் உள்ள வீடுக ளில் நாள் தோறும் நுழையாவிடில் வீடு மணக்காது! வீட்டி லுள்ளவர்கள் மணம் மணக்காது! அடுக்களைச் சாமான்களும் கூட மணக்காது! நாட்டில் சிலர் இதனை பிரியமுடன் வளர்க் கவும் செய்கின்றனர். ஆனாலும் வியாபாரம் செய்யும் அளவு யாருக்கும் துணிவிருக்காது. குத்து செடி வளரும் காடுகளில் பயிராகும் இந்த கறிவேப்பிலை வியாபாரம் ஒரு குறிப்பிட்ட வகுப் பாரிடையே மட்டுமுள்ளது பரம்பரை பரம்பரையாகவே இந்த வமிசத்தவர்கள் தான் செய்து வருகின்றனர். எந்த அர சாங்கமும் இவர்களிடம் வியாபார வரியோ விற்பனை வரியோ அல்லது வருமான வரியோ வாங்க வில்லை. வாங்கவும் முடி யாது! இப்படி ஓர் சட்டம்வந்தாலும் அரிசிவியாபாரிகளைப்போல் தங்க நாணய வியாபாரிகளைப் போல் அச்சம் கொள்ளவும் மாட் டார்கள். மலைக்குறவர் இனத்தைச் சேர்ந்த இவர்கள் ஆண் களாயினும் சரி, பெண்களாயினும் சரி அன்றாட வாழ்வைப்பற்றி கவலை கொள்வார்களே தவிர மேல்கொண்டு நாளைக்கு வேண் டும் என்ற சேமிப்பு எண்ணம் கிடையாது. நாகரீகம் என்பது பற்றி சிறிதளவும் கவலைப்படமாட்டார்கள். இவர்கள் பிரயா ணம் செய்யும் ரயில், கறிவேப்பிலை பறிக்கும் காடு, விற்பனை செய்யும் மார்கெட்டு எல்லா இடங்களையும் தன் சொந்த இடமா கவே பாவித்து விடுவது இவர்களின் வழக்கம். இப்படி வாழ் கின்றவர்களிடம் எந்த வரியைப்போட்டு எப்படி வசூல் செய் வது என்று திரு திருவென்று விழிக்கவேண்டியதுதான்!

முதுகில் கன்னங்கரேலென்ற ஓர் இளங்குழந்தை மடி யிலோ அல்லது தோள்களிலோ கறிவேப்பிலை கொத்துகள் இவர்கள் குரல் கொடுத்து கறிவேப்பிலை விற்கும் பாணியே ஒரு தனி ரகம். இந்த ராகம் அடுக்களையிலுள்ள தாய்மார்களின் கவனத்தை ஈர்க்கும் சக்தி கொண்டதாக அமையும். ஒரு வீட் டில் சிறிது கருப்பு நிறமாக ஓர் குழந்தை பிறந்து விட்டால் போதும். இது கறிவேப்பிலை விற்கிறளே அவளிடம் வாங்கி யதா? என்று நையாண்டி செய்வார்கள். இந்த வகையிலாவது அரிய வஸ்துவாகிய கறிவேப்பிலை கொண்டுவருபவர்களை சிறப்பு செய்வதும் நம் நாட்டின் பண்புதான்!

குணமும் பயனும்

கறிவேப்பிலைக்கு சிறப்பாக மணமூட்டும் குணம் அதி கம், அறுசுவை உண்டிக்கு அத்தியாவசியமான பொருள். உட

லுக்கு பலத்தை உண்டு பண்ணும். பசியை தூண்டும். பித்
தத்தை தணித்து உடல் சூட்டையும் குறைக்கும். மனதில் உற்
சாகத்தையும் கொடுக்கக் கூடிய காட்டு மூலிகை கறிவேப்பு!
குமட்டல், வாந்தி, அஜீரண பேதி ஆகியவைகளையும் போக்கும்.
மேலும் இந்த கறிவேப்பிலையால் பித்த மிகுதியால் வந்த பைத்
திய ரோகங்களும் விலகுவதாக சித்தர் வாகட நூல்களில் காணப்
படுகிறது.

மேல்கண்ட குணங்களை உடையதால்தான் நாள்தோ
றும் தவறாமல் வீடுகளில் செய்யும் எல்லா பண்டங்களிலும் தாளி
தம் செய்ய கருவேப்பிலையை பயன்படுத்துகிறார்கள். இதனைப்
பயன் படுத்துகிறார்களே தவிர பண்டைய விதிமுறைகள் எல்
லாம் மாறிப்போயின! இதை உணவில் ஏன் பயன்படுத்தவேண்
டும்? பலர் தற்காலம் இதை சிந்திப்பதில்லை. ஏதோ, தாளிதம்
செய்தார்கள் என்று உணவுண்ணும்போது முதலில் இந்த கறி
வேப்பிலைகளை பொறுக்கி இலை ஓரத்தில் ஒதுக்கிவிட்டுதான்
சாப்பிட ஆரம்பிப்பார்கள். "எட்டாள் வேலையை சித்தாள்
செய்வான்" என்பது பழமொழி. ஒரு நாடகத்திலே அரசன் தர்
பார் சீன் வரும்! அதில் அரசன் கம்பீரமாக வீற்று இருந்த போ
திலும் சுற்றிலும் நாலு பேர் நின்று வெண்சாமரம் வீசுவார்கள்.
இவர்கள் குட்டி நடிகர்கள் தான். இவர்கள் இல்லாமல் பிரதம
கதாபாத்திரமாக நடிக்கும் பிரதம நடிகனுக்கு எவ்வளவு திறமை
தான் இருந்தபோதிலும் ராஜசபை சோபிக்குமா? இது போன்ற
பெருமைதான் கருவேப்பிலைக்கும். உடலுக்கு பலத்தையும், சக்
தியையும் தரும் பல கலப்புணவுகளை சமைத்து உண்ட போதி
லும், அவைகளின் தீக்குணங்கள் நெஞ்சில் வந்து வாய் வழியாக
எதுக்களிக்கும் குமட்டல், வாந்தி போன்ற செய்கைகளை உண்
டாக்காமல் பசியூட்டி, செரிப்பித்து அந்த உணவுகளுடன் உற
வாடி கீழே இறங்க வைக்கும் சக்தி கொண்ட இந்த கருவேப்பி
லையை (தர்பார் சீன் முடிந்ததும் விரட்டி அடிக்கும் விசிறி நடி
கர்கள் போல) ஒதுக்கி விடுவது எவ்வளவு மதியீனம்!

இஞ்சி, கருவேப்பிலை, கொத்துமல்லி. ஆகியவைகள் சமையல்
அறையின் இணைபிரியாத நண்பர்கள் என்று "சுப்பிரமணி"
என்ற இஞ்சிக் கட்டுரையில் குறிப்பிட்ட வாசக அன்பர்களுக்கு
நினைவு இருக்கலாம். இவைகள் ஒன்றோடு ஒன்று சேரும் போது
ஜீரண உறுப்புக்களின் துணைவனாக நின்று அங்கு உண்டான
ஆகாரக்குற்றங்களை நீக்குவதில் தன்னிகரற்று விளங்குகின்றன.

கறிவேப்பிலை துவையல்

பசுமையான புதிய கருவேப்பிலையை ஓர் பிடி எடுத்து நெய்
யில்விட்டு வதக்கிக்கொண்டு, அதற்கு தகுந்தபடி பழம்புளியை
சுட்டும், உப்பை வறுத்துக்கொண்டும், நாலு உலர்ந்த மிள
காயை நெய்யில் வறுத்து யாவும் அம்மியில் அரைத்து முதல்
உணவுடன் நெய் கலந்து இரண்டு பிடி சாப்பிட்டபின், கருவேப்
பிலை தாளிதம் செய்த மோர் சாதம் சாப்பிட்டுவர ஓயாத
குமட்டல், வாந்தி, அஜீரண பேதி, உஷ்ணமாகி சப்தத்துடன்
வெளியாகும் பேதி, சீதபேதி. பித்தத்தால் வந்த க்ஷயரோகம்,
செரியா மந்தம் வயிற்றுக் கோளாறு ஆகியவை நீங்கிப்போகும்

வாய்வு பொருமலுக்கு கறிவேம்புச் சூரணம்

கறிவேப்பிலை, சுக்கு, மிளகு, சீரகம், இந்துப்பு, பெருங்
காயம், சோற்றுப்பு ஆக வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்து உலர்த்தி,
பெருங்காயத்தை மட்டும் பொறித்து யாவும் தனித் தனியாக
இடித்து தூள் செய்து கலந்து ஒரு புட்டியில் அடைத்து வைத்துக்
கொள்ளவும் இந்த தூளை பேதியானாலும் சரி, அல்லது நான்கு
நாட்களாக மலம் போகவில்லையானாலும் சரி, சோற்றை
வடித்தவுடன் சூடு ஆறி போகு முன்பு அதில் உருவாக்கிய
நெய் ஒரு தேக் கரண்டி விட்டு தூளை அளவுடன் போட்டு
பிசைந்து உண்ணவும், மலச்சிக்கல், பேதி இவைகளை இரண்டை
யுமே நிறுத்தும் சக்தி இதற்கு உண்டு! மேலும் நாள்பட்ட மந்த
பேதி, கிராணி பேதி, குடல் பலஹீனப்பட்ட பேதி ஆகியவை
களும் நின்றுபோகும்.

கறிவேப்பிலை ஈர்க்கு கஷாயம்

குழந்தைகளுக்கு அஜீரண வயிற்றுவலி. பால் வாந்தி.
செரியா மந்தம், பேதி ஆகியவைகளுக்கு இதன் ஈர்க்கு மேல்
தோல் நீக்கி, தாய்ப்பால் விட்டு இடித்து சாறு பிழிந்து அதில்
லவங்கம் ஒன்றும், இரண்டு திப்பிலியும் தூள் செய்து கலந்து
அரை சங்கு (பாலாடை) வீதம் தினம் இரண்டு முதல் மூன்று
வேளை கொடுக்க யாவும் விலகும்.



கபவாத சுரங்களுக்கு கஷாயம்

கறிவேப்பீர்க்கு, வேப்பீர்ச்கு, முருங்கையீர்க்கு, நுணாயீர்க்கு, நெல்லியீர்க்கு இவை சம அளவு ஒருபீடி தட்டிப் போட்டு அதில் சுக்கு, மிளகு, சீரகம் மூன்றும் அரைபலம் தட்டிப் போட்டு கஷாயமிறக்கி, (இரண்டு குவளை நீர் விட்டு) வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு முடக்கு வீதம் கஷாயத்தைக் குடித்துவர கப ரோகம் (நுரையீரல் சம்பந்தப்பட்ட) சளி, இருமல் சுரம், வாத சுரம் ஆகியவைகளை நீக்கும்.

பைத்திய தோடம் நீங்க

பசுமையான கறிவேப்பிலையை எடுத்து அதனுடன் சிறிது சீரகம், மஞ்சள் சேர்த்து அரைத்து ஒரு புன்னைக்காய் அளவு உருண்டை காலையில் செய்து வெறும் வயிற்றில், பித்தத்தால் வந்தபிதற்றல், பைத்திய தோடங்களுக்கு அரை மண்டலம் முதல் ஒரு மண்டலம் தவறுது சாப்பிட்டுவர படிப்படியாக நாய் குறைந்து போகும்.

கறிவேப்பிலையின் அருங்குணம் நாள் தோறும் பயன் படுத்தும் அனைவருக்கும் தெரியவேண்டியது அவசியம். வெறும் மணமூட்டும் பொருளாக நினைத்து, சாப்பிடும் போது அதை நீக்கி சாப்பிடும் அநாகரீகப் பழக்கத்தை ஒழித்து கறிவேப்பிலையை உணவுடன் உள்ளுக்கு தள்ளவேண்டும். அதுபோல துணையாசிரியர்கள், துணை நடிகர்கள் துணைத் தலைவர், அலுவலக உப சிப்பந்திகள் இவர்களால் தான் சமுதாய மணம் கமழுகின்றது. இவர்களை அந்த நிமிடங்களில் மட்டும் அற்பமாக எண்ணுமல் எந்த நேரத்திலும் நன்மதிப்புத் தர வேண்டும்.

கறிவேப்பிலை காணுத மங்கை

காடு மலை எங்கும் ஏராளமாக காணும் இந்த கறிவேப்பிலை திருப்பதி மலையில் ஒரு செடியைக்கூட காணமுடியாது! காரணம் என்னவோ? ஆனாலும் இம் மலையில் எழுந்தருளியுள்ள வெங்கடேச பெருமாளுக்கு அலுமேலு மங்கைத் தாயார் எல்லா ஸ்ரீதனங்களுடன் வந்தபோது, கலியுக வரதன் "எல்லா சீருடன் வந்தனையா? என்று வினவ, "ஆம் சுவாமி' என்று மங்கைத் தாயார் தெரிவிக்கவும் கறிவேப்பிலை கொண்டு

வந்ததையா ? என்று கேட்க அலுமேலு மங்கை திகைத்துத் போய் ஏழுமலைகளிலும் கறிவேப்பிலையைத் தேடியலைந்து காணுமல் போகவே, அதே வருத்தத்துடன் திருப்பதிக்கு தென் புரம் வந்து தங்கிவிட்டதாக வரலாறு தெரிந்தவர்கள் சொல் கிருர்கள். அதனுல் தானே என்னவோ வீட்டில் கறிவேப்பிலை இல்லை என்று கணவரிடம் கூருமல் நம் நாட்டு பெண்மணிகள் தனது பையன்களிடம் கமிஷன் கொடுத்து கறிவேப்பிலையை வாங்கி வரச் சொல்லுகிருர்கள்!

கறிவேப்பிலையோ வேப்பிலை
காய்கறிக் கெல்லாம் தாய்ப்பிள்ளை
அறிஞனைப்போல் உடலுக்கே
அன்ருடம்கொள் நோய் இல்லை

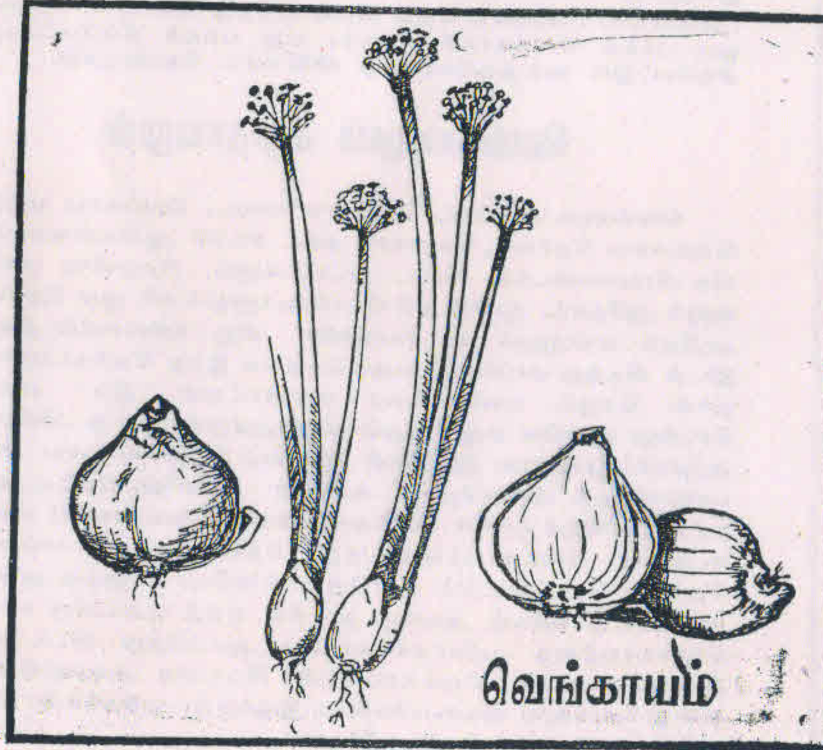




வெங்காயமும் நமது நாட்டின் மூலிகை இனத்தைச்
சேர்ந்ததே. "குரங்கு ஏற்காத கிளையுண்டோ" என்றபடி
வெங்காயம் சேர்க்காத மனிதருண்டோ ? என்று கேட்கலாம் !
தினசரி உணவுப் பண்டங்களில் சேர்க்கும் பச்சை இன மூலிகை
களில் இதுவும் இன்றியமையாத பொருள். காய் கறி மார்க்
கட்டுக்கு போகிறவர்களைப் பார்த்து, "இஞ்சி கொத்துமல்லி
கறிவேப்பிலை மட்டும் வாங்கி வந்துவிடாதீங்க, மறக்காம வெங்
காயத்தையும் வாங்கி வாருங்கள்" என்று சொல்லும்போது,
"நேற்றுதானே ஒரு கிலோ வாங்கிப்போட்டேன் ! அதற்
குள்ளேயா தீர்ந்துவிட்டது' என்று சொல்லவும், "அதற்
கென்ன பண்றது நாம் ரெண்டுப் பேரா இருக்கோம்; ஒரு மாசத்
துக்கு வர, ஒன்பது பேர் இருக்கிற வீட்டில் கடுகு தாளிக்கிருப்
போல இத்துனூண்டு போட்டா போதுமா ? வெங்காய சாம்பார்
வைத்துவிட்டால் போதும் ! நீங்களே அதில் விழுந்து நீச்சல
டிக்கிறீர்கள், குழந்தைகளை கேட்கவா வேண்டும். இன்னிக்கு
வெங்காய வடை போடச் சொல்லிவிட்டு நேத்து மாதிரி ஒரு
கிலோ வாங்கிவராமெ இரண்டு கிலோ வாங்கி வாருங்கள்"
என்று உத்தரவு போடும்போது முகத்தில் அசடு வழியும் ! ஹூம்
என்ன செய்வது ! முதலில் வெங்காயத்தைப் பிடித்துக்
கொண்ட பிறகுதான் மற்றைய காய்கறிகளை வாங்க வேண்டி
யுள்ளது.

முன்பெல்லாம் நமது நாட்டில் பயிராகும் வெங்காயமும்
மிளகு போலவே வெளிநாடுகளுக்கு ஏற்றுமதியாகிக் கொண்
டிருந்தது. வெளி நாடுகளில் எங்கெல்லாம் நம் நாட்டு மக்கள்
குடியேறினர்களோ, அங்கெல்லாம் இந்த வெங்காயம் பயிராகி

எற்றுமதி குறைந்து விட்டது! வெளிநாட்டின் மண்ணில் தற்போது வெங்காயம் பயிராகி வாழ்கிறது. ஆனால் அதை முதன் முதலில் அங்கு பயிரிட்டு வளர்த்த நம் நாட்டு மக்களை அங்கு வாழ விடவில்லை. பாடுபட்டு சேர்த்து வைத்த சொத்துகளை கூட பறிமுதல் செய்துகொண்டு கட்டிய துணியுடன் வெளியேற்றுகிறார்கள். வெங்காயம் பயிரிட்டு விற்ற பணத்தைகூட பறி



முதல் செய்துவிட்டார்கள் என்று ரங்கூனில் இருந்து வந்த ஒரு அகதி சொன்னார். வெங்காயத்திற்கு மட்டும் பேசும் நிலைமை இருந்தால் "ஏ அயல் நாட்டுத் தோழா! அவர்களோடு வந்த என்னை மட்டும் ஏன் நிறுத்திக்கொண்டாய்? அனுப்பிவை! அவர்களோடு என்னையும்" என்று கேட்டிருக்கக் கூடும்.

வெங்காயத்தின் குண விசேஷங்களை தற்போது விஞ்ஞானக் கண்கொண்டு இன்னின்ன வைட்டமின்கள் இத்தனை பர்சன்ட் உள்ளது என்று ஆய்வு செய்து வெளியிடுகிறார்கள் என்றாலும் கூட, பண்டைய காலத்திலிருந்து நம் முன்னோர்கள் கையாண்ட வழி முறைகளை எடுத்துச் சொல்வதே சிறப்புடையதாகும்.

வெங்காயம் பூமிக்கடியில் உண்டாவதாம் கிழங்குகளுக்கு உள்ள மாவுப்பொருள் இல்லாமல் இலைபோல உரிக்க உரிக்க தோலுரியும் தன்மையது. பூமியின்மேல் இலை விடாமல் பசுந்தாள் வைக்கோல் போல வளர்ந்து சிறு வெள்ளை நிற பூக்கள் விடும்.

வெங்காயத்தின் குணாதிசயங்கள்

இது சிறு கார்ப்பும், எரிச்சலும் உடையதாகையால் சீதளத்தைப் போக்கி உஷ்ணத்தையும், தடிப்பும் உண்டாக்கும். சிறுநீரையும் பெருக்கித் தள்ளி, நுரையீரலில் உண்டான கபத்தை அறுத்து வெளியாக்கும், அத்துடன் சளிபூரும் சவ்வுகளின் அழற்சியை தணித்து தாதுக்களின் அழிவைத் தடுத்து உடலை போஷித்து காக்கும், முக்கியமாக ஆண்மை தத்துவத்தை பெருக்கும். சலதோடத்தையும் சீதள சுரங்களையும் போக்கும். உணவு பண்டங்களில் சேர்த்து சமைக்க மணத்தையும், ருசியையும், உண்டாக்கி கொழுப்புச் சத்து உள்ள பொருள்களை செரிப்பிக்க உதவும். வயிற்று நோய், குடல் சம்மந்தப்பட்ட அழற்சி, வலி, பேதி, மூலம், தாகம் முதலியவைகளை போக்க வல்லமையுடையது. நமது நாட்டில் வெங்காயம் உணவு மூலமாகவே மருத்துவப் பயனையளித்து வருகிறது.

வெங்காயத் தாள்

வெங்காயத்தாளை மற்ற காய் கறிகளுடன் சேர்த்து சமைத்து உண்ண, உஷ்ணத்தால் வந்த நோய்கள், மூலரோகம், ரத்த வாந்தி, தாகம், மூலச்சூடு, முதலியவைகளும் போகும். இதை வாரம் ஒரு முறை சாப்பிடுவது நற்பயனை அளிக்கக் கூடியதே.

பூக்கள்

வெங்காயப் பூக்களை மட்டும் எடுத்து கசக்கி இரு கண்களிலும் ஒரு துளி விட கண்படலம் புகை போன்று காணல், கண்ணொளி மங்கிப்போகும் கண் நோய்கள் நிவர்த்தியாகும். பூக்களை நிறைய சேகரித்து உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு சூதக வலி, வாய்வு, மாதவிடாய் தாமதித்து காணுவது ஆகியவைகளுக்கு தினம் மூன்று முறை 5 அரிசி எடை அளவு வெந்நீரில் கலந்து கொடுத்துவர நீங்கும்.

வெங்காயம் (கிழங்கு)

ஒரு வெங்காயத்தை பச்சையாகவே மென்று தின்ன மூத்திர தாரையின் எரிச்சல், சிறுநீர் தாராளமாக இறங்காமல் கட்டிவிடல், நீர்கடுப்பு, (சொட்டு மூத்திரம்) முதலியன தீரும். உப்பை சிறிதளவு தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு வெங்காயத்தை துண்டாக அரிந்து அதில் உப்பைத் தொட்டு தின்றால் ரத்த வாந்தி, வயிற்றுவலி, குன்மம் அழற்சி இவைகள் சாந்தப்பட்டு போகும். வெங்காயத்தில் வெள்ளை ரகமானவைகளைப் பொறுக்கி எடுத்து உலர்ந்த மேல் தோலை நீக்கிவிட்டு வாணலியில் போட்டு நெய் விட்டு வதக்கி வெந்த பின்பு எடுத்து சாப்பிட்டுவர ரத்த பேதி, சீதபேதி, ஆசனக் கடுப்பு, மூல ரோகங்களும் போகும். உடல் சூடு தணியும். வெளி மூலத்திற்கு மேல் கண்டபடி நெய் விட்டு வதக்கி நசுக்கி கட்டிவர குணமாகும்.

வெங்காயத்தை இடித்துப் பிழிந்த சாறு, கடுகெண்ணை இரண்டையும் ஓர் நிறையால் கலந்து கீல்வாதம், மூட்டுக்களில் வலி ஆகியவைகளுக்கு மேல் தடவிவர நீங்கும். திடீரென விழுந்து மயக்க நிலையாகி விட்டவர்கள் மூக்கில் சிறிது வெங்காயச் சாற்றை பிழிய மயக்கம் தெளியும். தேள் கொட்டிய குடைச்சல் வலி சாந்தமாக வேண்டுமானால் வெங்காயத்தை அறுத்து கடிவாயில் வைத்து தேய்க்கலாம். வரண்ட இருமல், சளி, சுரம் நீங்க வேண்டுமானால் வெங்காயத்துடன் சிறிதளவு மிளகும் சீரகமும் சேர்த்து இடித்து 1 குவளை நீர் விட்டு காய்ச்சிய கஷாயம் அரை குவளை விதம் இரண்டு மூன்று வேளை குடிக்க குணமாகின்றது.

செயின் ஸ்மோக்கர் என்று சொல்லக்கூடிய பீடி, சிகரெட் புகைக்கும் அன்பர்களுக்கும் சில சமயம் நுரையீரலில் கபம் கட்டி இருமல், கப வாந்தி, ரத்த வாந்தி. அடிக்கடி சுரம் அடித்து சளிக்கட்டி படுக்கையாகி விடுவார்கள். புகைப் பழக்கத்தால் வந்த இந்த தொல்லைகள் தீர வேண்டுமானால் வெங்காயத்தை இடித்து சாறு பிழிந்து அரை அவுன்ஸ் வீதம் தினம் ஒன்றுக்கு 4 வேளை குடிக்க மேல் குறிப்பிட்ட நோய்கள் விலகி புகையிலைப் புகையால் வந்த விடம் முறிந்து போகும். ஆனால் ஒரு பக்கம் வெங்காயச் சாறும், மறு பக்கம் தீப்பெட்டியும் சிகரெட்டும் வைத்துகொண்டு விளையாட வேண்டாம்.

வெங்காயமும் சமுதாயமும்

வெங்காய சாம்பார், வெங்காய வடை, வெங்காய பஜ்ஜி, வெங்காய தோசை, வெங்காய தயிர் சட்னி ஆகியவைகளால் மிக பிரபலமடைந்து விட்ட ஓட்டல்களும், சிற்றுண்டி சாலைகளும் அநேகம். மூன்று கல் தொலைவானாலும் சரி, ஜன நெரிசல் அதிகம் என்றாலும் லட்சியமில்லை. கியூ வரிசையில் நின்று இடம் பிடித்து சாப்பிட்டு வரும் பெருமை இந்த வெங்காயத்தை தான் சேரும். புவனேஸ்வர மகாநாட்டில் 'இம்' என்று சொல்லு முன்னே ஏழு நூறும் எண்ணூறும் என்று மின்சார அடுப்பில் தயாரான இட்லிகள் எல்லாம் இந்த வெங்காய சாம்பாரில்மிதந்த பின்னர்தான் உள்ளே தள்ளிவிடப்பட்டதாம். கட்சித் தலைவர் ஒருவர் எடுத்தற்கெல்லாம் வெங்காயம்! என்று கூறுவார். வெங்காயத்தைப்பற்றித் தெரியாதவர்கள் எல்லாம் தெரிந்து கொள்ளட்டும் என்றோ என்னவோ! இதை அறிந்த நம் நாட்டு மக்கள் அவரை தராசில் ஏற்றி எடைக்கு எடை வெங்காயத்தை பரிசாகக்கொடுக்க ஆரம்பித்து விட்டனர்! இப்படி எல்லாம் வெங்காயத்தின் பெருமை அடிபடுகிறதே என்று வெங்காய வியாபாரிகளாக இருக்கும் அன்பர்கள் விலை ஏற்றிவிட யோசனை செய்யாதீர்கள்!

சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரை வெங்காயத்தை தாராளமாக பயன்படுத்தலாம். துடுக்குத் தனம் செய்யும் பிள்ளைகளை கைநோக முதுகில் வைக்காமல் மெள்ள இந்த வெங்காயச் சாற்றை பிழிந்து கண்ணில் விட்டு வேடிக்கைப் பார்க்க, கண்களில் உள்ள அழுக்கு எல்லாம் நீருடன் வெளியாகி கண் குளிர்ச்சியாகி துஷ்டத்தனமும் அடங்கிபோகும், கணச்சூடு,

வெட்டைச் சூடு, மலச்சிக்கல் ஆகியவைகளுக்கு வெள்ளை வெங்காயம், சோற்றுக் கற்றாழை, பனங்கல்கண்டு சேர்ந்த முறை ஒன்றை நமது புத்தகம் முதல் பாகத்தில் 'குமரி நெய்' என்ற முறையில் கண்டு அதன்படி செய்து பயன் பெறலாம். வெள்ளை வெங்காயம் சேர்ந்த குமரி நெய்யை தொடர்ந்து சாப்பிட உஷ்ணம் தணிவதுடன், எடையும் கூடுதல் ஆகி தேகம் பருக்கும்.

வெங்காயமும் விவசாயிகளும்

வயலில் விழுந்து பாடுபடும் விவசாய பெருங்குடி மக்கள் வாய்க்கு ருசியான பண்டங்களைக் கொடுத்தாலும் சாப்பிடமாட்டார்கள். ஊசி போன்ற உயர்தர அரிசி வகைகளை பயிரிட்டு நமக்கு கொடுத்துவிட்டு, நாலு வெங்காயத்தை கடித்துக் கொண்டு வயிறு நிறைய சொம்பு கூழை குடித்தால் தான் சாப்பிட்டது போலாகும். இந்த வெங்காய உணவுடன் வயிற்றில் போய் விழுந்தவுடன், புழுதியை சேருக கலக்கிப் போராட வீறு கொண்ட சிங்கம் போல் எழுந்திருந்பார்கள், வெங்காயம் நாட்டுப்புற மக்களுக்கு ஓர் இயற்கையான டானிக் என்றே சொல்லிவிடலாம்.

வெங்காயமும் யோகிகளும்

பிரம்மச்சாரிகள், யோகிகள், சித்தர்கள் போன்ற சத்கர்மாக்களுக்கு வெங்காயம் உபயோகப் படாது. அதை விரும்பவும் மாட்டார்கள். ஆனால் சம்சார வாழக்கையில் ஈடுபட விரும்புவோரும் ஏனைய பொது மக்கட்கும் வெங்காயம் அவசியம் தேவை என்பதை உணர்ந்த பெரியோர்கள் உணவுடன் சேர்த்து விட்டனர். "காயமே இது பொய்யடா காற்றடைத்த பையடா" என்று பாடியவர்கள் வெங்காயத்தை வெறுத்தனர்.

ஹோமியோபதி வெங்காயம்

ஹோமியோபதி வைத்திய முறையில் வெங்காயம் புகுந்து சக்கைபோடு போடுகிறது. " அல்லியம் சிபா " என்று இதற்குப் பெயர். அல்லியம் சிபா கலந்த கடுகளவு வெள்ளை மாத்திரைகளை சாப்பிட வெங்காய வாசனையோ மணமோ, அல்லது ருசியோ தெரியாது! அவ்வளவு சூட்சமமாக வெங்காயத்தின் சக்தியை மட்டும் சர்க்கரை கலந்த மாத்திரையில் புகுத்தியுள்ளனர். "மலையத்தனை சுவாமிக்கும் கடுகத்தனை கற்பூரம்" என்ற பழமொழிபடி இந்த ஹோமியாபதி வெங்காய மாத்திரையை நாள்பட்ட வியாதியிலும் ஒரே வித அளவாகத்தான் கொடுப்பார்கள். குறிப்பாக அல்லியம் சிபா, மூக்கில் நீரொழுகும் சலதோடம், கண் எரிச்சல் ஆகி நீர்வடிதல், நுரையீரல் சளியூரும் சவ்வுகளில் எரிச்சல், சிறுகுடல் சவ்வுகளில் எரிதல் போன்ற உணர்வு, குளிர்ந்த காற்றால் வரண்ட இருமல் தீவிர தொண்டைப்புண் நோய்கள், கண், வாய், மூக்கு, தொண்டை சிறு நீரகம் ஆகிய உறுப்புகளில் எரிவது போன்ற உணர்வுகள் ஆகிய இவை, மூடிய உஷ்ண அறையில் இருக்கும்போது சாந்தமாக இருப்பதும், திறந்த வெளியில் வந்தபோது அதிகமாகி உபத்திரப்படுத்தல் போன்ற நோய்களுக்கு இதை 30 வீரியத்தில் பொதுவாக கொடுப்பது வழக்கம்.

டாக்டர் ஹெர்ரிங், பாரிங்டன், கூப்பர் வெயித் போன்ற சிறந்த மேனாட்டு நிபுணர்கள் புகழ்ந்து எழுதியது இந்த வெங்காயம். "இடது பக்கம் வரும் பாரிச வாய்வு முகத்தில் அடித்து கோணலாகி விட்டபோது இந்த அல்லியம் சிபா குணமாக்கியுள்ளது" என்று பிரிட்டிஷ் ஹோமியாபதி டாக்டர் ஜே. எச். கிளார்க் கூறியுள்ளார். இதை சின்னம்மை போடும் சமயம் குழந்தைகளுக்கு ஆரம்ப நிலையில் கொடுக்க நற்பயன் தரும்.

வெங்காயமும் சுக்கும்

வெங்காயம் காய்ந்தால் அழுகும். இஞ்சியை உலர்த்தினால் சுக்காகிவிடும். "வெங்காயம் சுக்கானால் வெந்தயத்தால் ஆவது என்ன" இது நம் நாட்டு சிலேடைப் பழமொழி. இதன் தத்துவப் பொருள் தெரியுமோ? குடும்ப வாழ்க்கையில் ஈடுபட்ட சுகபோகிகள் வெங்காயத்திற்கு சமமானவர்களே! சுகபோகிகளின் உடல் மூப்பு பிணி, சாக்காடுகளுக்கு இலக்காகும். இதை தடுத்து பிணி வராமல் ஆயுளை நீடிக்கச் செய்ய வெந்தயம் (வெந்த × அயம்) முறைபடி செய்த அயச்செந்தூரம் பயன் தரும். யோகிகளோ இஞ்சியைப் போன்றவர்கள். யோக சக்தி கொண்டு சித்தர்களாகி சுக்கு போன்று என்றும் கெடாதவாறு தேகத்தை தன்னிஷ்டப்படி ஆட்டிவைப்பார்கள். அழுகிப் போகும் உடலை கட்டுப்படுத்திய யோகிகளுக்கு வெந்த

அயத்தால் ஆவதென்ன ? எனவே,ீயோகியானவன் யோகிஸ் வரனுகி விட்டால் உடல் நிலைக்க காயகல்பம் சாப்பிட வேண்டியதில்லை என்பது தத்துவப் பொருள்.

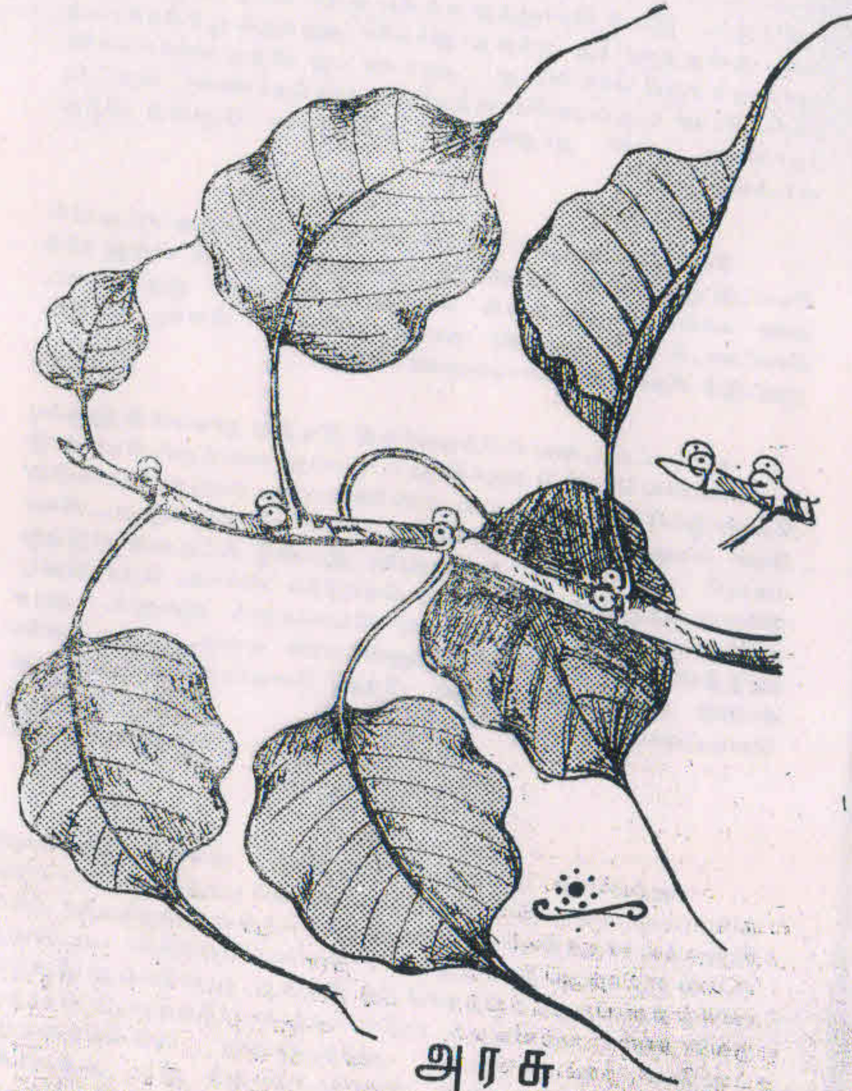
ஆனாலும் குடும்ப வாழ்க்கையில் உள்ள அன்பர்கள் இதைப் படித்துவிட்டு, பிள்ளைக் குட்டி மனைவி மக்களையும் மறந்து; இந்த வெங்காயத்தையும் மறந்து பர காயப் பிரவேசம் செய்ய முயற்சி செய்யாதீர்கள். நாமெல்லாம் வெங்காயந் தான்! சுக்காக மாற முடியாததல்லவா ? வாழ்க வெங் காயம்!





அரசு

அரசு என்ற பெயர் மூலிகை இனத்திலும் உள்ளது. ஆனால் இந்த 'அரசு' என்ற சொல்லுக்கு இயற்கையிலேயே ஒரு தனி மதிப்பு என்றும் உண்டு உலகத்தில் மனிதன் தோன்றி அரசு செலுத்துவதற்கு முன்பே பல உயிரினங்களில் அரசனை இறைவன் தோற்றுவித்துள்ளார். இதைக் கண்டுதான் மானி டர்களும் தமக்குள் ஒரு அரசனை தேர்ந்தெடுத்து இருக்கக் கூடும். இறையருட் சக்தி ஒவ்வொரு கூட்டத்திற்கும் ஒரு தலைவனை அரசனுக்கியுள்ளது, அதுபரம்பரை பரம்பரையாகவே தொடர்ந்து வருகிறது. எந்த காலத்திலும் இந்த அரசு இனங் கள் மாறியதே இல்லை. அதன் குணங்களும் மாறியதில்லை. பறவை இனத்தில் ராஜாளி (கருடன்) அரசன். "உயர உயர பறந்தாலும் ஊர்க்குருவி ராஜாளியாகுமா ?" என்றும் சொல் வார்களே! அது போல மிருக இனத்தில் இன்னும் சிங்கம்தான் அரசு வழி பரம்பரை. பாம்பு இனங்களில் நாகராஜா! இவ் வளவு ஏன்? தேனீக்களை எடுத்துக்கொள்ளுங்கள் ஒரு கூட்டத் திற்கு ஒரே ராஜா ஈ! ராணி ஈ! இவை யாவும் இயற்கையின் சக்தியை எதிர்த்துப் போராடாமல் தன் பரம்பரை வழியாகவே செல்கின்றன பகுத்தறிவற்ற உயிரினம். ஆனால் இனி மனிதன் ஒருவன்தான் இயற்கை சக்தியை வெல்லுவேன்! என்று மார் தட்டி பேசி, தாம், உண்ணும் உணவு தானியங்களை தலைதட்டி அளந்தான். அவைகள் நம் தலைகளை வெட்டுகிருர்களே "மதி கெட்ட மனிதன்" என்று சினந்து ஓடிப்போய் பதுங்கிக் கொண்டுவிட்டன. உணவு தானியங்களுக்கு அரசன் அதனைப்



அரசு

பயிரிடும் உழவனும், விற்பனை செய்யும் நாணயமான வியாபாரிகளும் ஆவார்கள். அரசன் அரிசி விற்கலாமா? "அரசு" என்ற சொல்லுக்குப் பொருள் கூறுவதானால் அது இயற்கை நியதியுடன் இணைந்துவிட வேண்டும். பிரமாண்டமான விருக்ஷங்களில் அத்தி, இத்தி, ஆல், அரசு, புரசு என்று சொல்லுவார்களே அதிலே மரங்களுக்கு எல்லாம் ராஜா இந்த அரசுதான். வழக்கமாக இதனை மக்கள் அரசமரம் என்பார்கள். இப்பெயரும் சித்தர்கள் வைத்ததே! பொருத்தமான பெயர் அல்லவா?

உலகில் மனித இனம் பல்கிப் பெருகி ஆரோக்கியமாக வளர தாவர இனங்களாகிய மூலிகைகள்தான் மூல காரணமாகின்றது. இவைகளின் சக்திகளை இருவிதமாக கூறலாம். ஒன்று "சந்தான கரணி", மற்றொன்று "சல்லியகரணி". இப்பெயர் கொண்ட மூலிகைகளும் நம் நாட்டில் உண்டு. இதை அனைவரும் பார்க்க முடியாது. சல்லியகரணி என்பது உடலுக்கு ஊறு விளைவிக்கும் சக்திகளை தடுத்து பாதுகாக்கக் கூடியது. ஆண் இனத்தைச் சேர்ந்தது. மகாபாரதத்தில் சல்லியன் சமர் செய்து விளையாடிய வித்தை, "சல்லியகரணி" மூலிகை கைவசம் வரப்பெற்றதுதான் காரணம். சல்லியனின் அங்கமெல்லாம் போராடியதாக பாரதம் கூறுகிறது அல்லவா? இரண்டாவது "சந்தானகரணி" இது பெண் சக்தி. உற்பத்திக்கு மூலகாரணமாக நிற்பது. மனோ சக்தியைப் பெருக்கும். அன்பை வளர்க்கும், தாய்மையைக் காக்கும். தீய சக்திகளைத் தடுத்து, கர்ம வினைகளைத் தொலைக்கும். இம் மூலிகைகளைக் கண்டவர்கள்தான் சித்து விளையாடிய சித்தர்கள். இவைகளை பாமர மக்களாகிய நாம் காண முடியாவிட்டாலும் கூட, இவைகளின் சக்தி கொண்ட பல மூலிகைகள் இன்றும் நம் வாழ்க்கைக்கு உதவுகின்றன. இந்த வகையில் சல்லியகரணிக்கொப்பானது தான் "அரச மரம்". சந்தான கரணிக்கு ஒப்பானது "வேம்பு". நம் நாட்டில் இந்த விருட்சங்களும் சேர்ந்த இடங்கள பூலோக சுவர்க்கம் என்றே கூறிவிடலாம் மருந்தால் தீராத பிணிகளும், மனக் கவலைகளும் இந்த இடங்களுக்கு பக்திசிரத்தையுடன் சென்றுவர, சூரியனை கண்ட பனி போல் விலகும் என்பது நம் முன்னோர்களின் வாக்கு. எனவே வேம்பு என்ற பராசக்தியைப் பற்றி வாசகர்கள் படித்ததுபோல, இந்த அரச மரத்தின் மகிமையை காணலாம்.

அரசமர மகிமை

இந்த அரச மரம் நீண்ட ஆயுளைப் பெற்றது. சிவபெருமானின் அம்சம்! இதன் மேல் பட்டுவரும் காற்று தெம்பையும் உற்சாகத்தையும் ஊட்டும். உடலுக்கு சக்தியைத் தரும். இந்த இலைகள் மற்ற மரங்களின் இலைகளைப்போல் இல்லாமல் கீழ்நோக்கி இருக்கும். இந்த இலைகளின் சலசலப்பு ஒலி சகல பாவத்தையும் ஒழிக்கும். காற்றடிக்கும் போதெல்லாம் இதன் இனிமையான நர்தம் ஒலிக்கும். அரச இலை ஒலியும் ஆலயமணி ஓசையும் சேர்ந்து அமைதிபெற வந்த மக்களின் மனப்புண்ணையெல்லாம் ஆற்றி விடுவதில் நிகரற்றவையாகும். அரசமரத் தடிக்கு ஆற்றல் சக்தி அதிகம். "கல்லையும் மரத்தையும் கும்பிடும் கண்ணற்ற குருடர்களே! எங்கள் தேவனைப்போற்றுங்கள்! பாவமன்னிப்பு பெறுங்கள்" என்று மதப்பிரசாரம் செய்யும் அன்பர்கள் கூட அரச மரத்தடிக்கு அன்போடு சென்றால் அவர்கள் ஆவிக்கும் ஆறுதல் அளிக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை.

மர நிழலின் பயன்

அரசன் தன் குடிமக்களுக்கு அன்பு காட்டுவதுபோல் அரச மரமும் உயிர்களிடத்து அன்பு வைத்து அதனிடம் வந்தவர்களை எல்லாம் ஆதரிக்கிறது "அரசன் எவ்வழி குடிமக்கள் அவ்வழி" என்பது பழமொழி. அதுபோல அரசமரத்தின் நிழலில் தங்குவதால் மனதிற்கு அமைதியையும், உடல் சூட்டையும் தணிக்கும். இம் மரத்தின் நிழலில் தங்கி களைப்பாறுவோருக்கு மனதில் ஏதோ ஒரு கனமான பொருளை இறக்கி வைத்ததுபோல உணர்வு உண்டாகும். அரசமரம் இல்லாத சிவாலயங்கள் இருப்பது நம் நாட்டில் அரிது. இம் மரத்தை நம் நாட்டு மக்கள் தெய்வமாகவே வழிபாடு செய்து வருவது பரம்பரை வழக்கமாகும்.

மருத்துவப் பயன்கள்

வேர்ப் பட்டை, மரப் பட்டை, விதை இலை ஆகியவை மருத்துவப் பயன்களை உடையது. வேர்ப் பட்டை, மரப்பட்டை நுண் கிருமிகளை நாசம் செய்யும், புண்களை ஆற்றும், சூட்டைத்

தணிக்கும். இலைக் கொழுந்து சுக்கில சுரோணித தாதுக்களின் வெப்பத்தை தணிந்து அந்த தாதுக்களை அழிக்கும் பூச்சிகளையும் கொல்லும் சக்தி கொண்டது. அரசமர பழ வித்து மலச்சிக்கலை நீக்கி, ஜீரண உறுப்புகளின் குற்றங்களையும் தொண்டை வறட்சி, தொண்டைப்புண், தாதுக்களின் குற்றங்களை போக்கி விந்து வைக்கட்டும்.

வேர்ப் பட்டையை ஒரு பலம் எடுத்து சிதைத்து சட்டியில் போட்டு ஒரு குவளை நீர் விட்டு அரை குவளையாக்கி சிறிது சர்க்கரை காய்ச்சிய பசும்பால் கலந்து காபி போல் குடித்துவர, வெட்டைச் சூடு, மூத்திர தாரை எரிச்சல், தினவு, சொறி, நமட்டுச் சிறங்குகள் யாவும் குணமாகும்.

மரப்பட்டையை எடுத்துலர்த்தி இடித்து தூளாக்கி இரும்பு வாணலியில் போட்டு கருக்கி தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு வேண்டும்போது தேங்காய் எண்ணையுடன் கலந்து உடம்பின் மேல் காணும் ரணம், சொறி, சர்மப் புண்களுக்கு தடவிவர யாவும் குணமாகும். இந்த தூளை இரண்டு சிட்டிகை எடுத்து நீரில் வைத்து வடிகட்டி அதை கொடுக்க விக்கல், தொண்டை கட்டு. குரல்வளை சம்பந்தமான நோய்களும் விலகும். அரச மரத்தின் அடி மரத்தை கீறினால் பால் வரும். அந்த பாலை காலின் பாதங்களில் வரும் பித்த வெடிப்புகளில் தடவிவர வெடிப்புகள் மாறும்.

அரசம் பழம்

அத்திப்பழ இனத்தைச் சார்ந்தது. மிகச் சிறியதாகவும் துவர்ப்பும், சிறிது இனிப்புடையது. அத்திப் பழத்தைப் போலவே இது ரத்த விருத்தியும் குறிப்பாக சுக்கிலத்தின் குற்றங்களை நீக்கி உடல் சூட்டைத் தணித்து மலச்சிக்கலைப் போக்கும். பழ விதைகளைச் சேகரித்து எடுத்துலர்த்தி இடித்து தூள்செய்து தினமும் காலை மாலை காப்பிக்குப் பதில் பாலும் சர்க்கரையும் சேர்த்து தவறாமல் உண்டுவர அழிந்துபோன சுக்கிலத்தையும் உண்டாக்கி அதிலுள்ள பிண்டோற்பத்தி ஜீவ அணுக்களை பெருக்கும். ஆண் மலட்டை நீக்கும். சந்ததி விருத்தியாக அரசமர நிழலும் அதன் உறுப்புகளும் சிறப்பு மிக்கது என சித்தர் வாகட நூல்கள் கூறுகின்றன.

இலைக் கொழுந்து

இலைக் கொழுந்தை அரைத்து ஒரு கொட்டைப் பாக்கு அளவு காய்ச்சிய பசும்பாலில் கலந்து தொடர்ந்து மண்டலக் கணக்கில் சாப்பிட சுக்கிலம், சுரோணிதம் ஆகியவைகளின் குற்றங்களை நீக்கி கருதரிக்க ஏதுவாகிறது. மேலும் இலைக் கொழுந்தை கஷாயமாக்கி குடிக்க சுரங்களைப் போக்கும். தாகம் தணிக்கும். முக் குற்றத்தையும் சமமாக்கும். உடல் குளிர்ச்சி பெறும்.

சந்தான விருத்திக்கு

விவாகமாகி பல ஆண்டுகள் குழந்தையில்லாமல் ஏங்கித் தவிக்கும் தம்பதிகளுக்கு குழந்தை வரமளிக்கக் கூடிய மஹாசக்தி படைத்தது அரசமரம். அம் மரத்தின் கண் பிரம்மா, விஷ்ணு, சிவன், ஆகிய தெய்வங்களின் அம்சம் நிறைந்ததாக இந்து மத சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன. அதிகாலையில் எழுந்து நீராடி வேம்புவும் அரச மரமும் உள்ள இடங்களுக்குச் சென்று ஆணும் பெண்ணுமாக தம்பதி சமேதராய் இம் மரங்களை 108 தரம் வலமாக சுற்றிவர வேண்டும். இப்படிச் செய்வதால் பல பிறவிகளில் செய்த பாவங்கள் நிவர்த்தியாகின்றன. குறிப்பாக ஒரு சில குடும்பத்தில் சந்ததி இல்லாமல் போவது முன் பிறவியில் மரம் செடி கொடிகளாகிய மூலிகை இனங்களை அகாரணமாக அழித்து விடுவதால் சந்ததி அற்றுப் போவதாக பெரியோர் சொல்வார்கள். மூலிகைகளின் மூலங்கள் (வேர்) யாவும் பிரம்ம சொருபமாகவும், அடி மரம் கொடிக் காம்புகள் விஷ்ணு அம்சமாகவும், இலை யாவும் சிவசக்தியாகவும் நமது சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன.

மூலதோ பிரம்ம ரூபாய :
மத்யதோ விஷ்ணு ரூபிணே
அக்க்ரதே சிவ ரூபாய :
விருக்ஷ இராஜாயதே நம :

விருக்ஷ இராஜா என்றால் மரங்களுக்கு எல்லாம் அரசன். "அரச மரத்தைச் சுற்றியவுடன் அடிவயிற்றைத் தொட்டுப் பார்த்தாளாம்" என்பது நம் நாட்டுப் பழமொழி. அவ்

வளவு ஆவல்! குழந்தை இல்லையே என்ற ஏக்கத்தால் கவலை கொண்ட தம்பதிகள் பக்தி சிரத்தையுடன் மேல் கண்ட ஸ்லோகத்தை மனதாலும், உதடுகளாலும், சப்தம் வெளி வராமல் பாராயணம் செய்துகொண்டு தெய்வ சிந்தனையில் ஐக்கியமாகி வலம் வருவது நிச்சயம் பலனளிக்கும். முயற்சியுடையோர் இகழ்ச்சியடையார் அல்லவா? சந்ததி வேண்டுவோர் முயற்சி செய்து பலன் காணுங்கள்.

அரசம்வேர் மேல் விரணமாற்று மவ்வித்து
வெருவவரும் சுக்கில நோய் வீட்டும் - குரல்வளை நோய்
தாக மொழிக்குங் கொழுந்து தாதுதரும் வெப்பகற்றும்
வேக முத்தோடம் போக்கும் மெய். —(கும்பமுனி)





தொட்டால் சிணுங்கி

காந்தம் இரும்பை இழுக்கும் என்பது அனைவருக்கும் தெரிந்த ஒன்று இதுபோல் மூலிகையிலும் காந்தம் உள்ளது. ஏன் இவ்வுலகும் ஏனைய பிரபஞ்ச கோளங்களும் ஒன்றுக் கொன்று ஆக்ரஷ்ண சக்தியால் இழுக்கப்பட்டு இயங்குவது போல கவர்ச்சி என்ற இந்த காந்த சக்தி இயற்கையாக வளரும் மூலிகைகளிலும் நிரம்பிக் கிடக்கின்றன. இன்னும் சொல்லப் போனால் மனிதப் பிறவியிலும் இத்தகைய ஆற்றல் படைத்தவர்கள் ஒவ்வொரு காலத்திலும் இருக்கத்தான் செய்தனர். ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர். சுவாமி விவேகானந்தர், மகாத்மா, அறிஞர் அண்ணா, நேரு போன்றவர்கள் பெயரைக் கேட்டதும் நம் மனதிற்கு ஓர் கவர்ச்சி உண்டாகிறது அல்லவா? இம் மாதிரி கவர்ச்சியுடைய மூலிகைகளுக்கு பேசவும், நடமாடவும் முடியாதே தவிர மானசீக உணர்வும் அதற்கு தகுந்த இயக்க சக்தியும் உடையவைகள் தாம்.

காந்த மூலிகையில் பலவகையுண்டு.

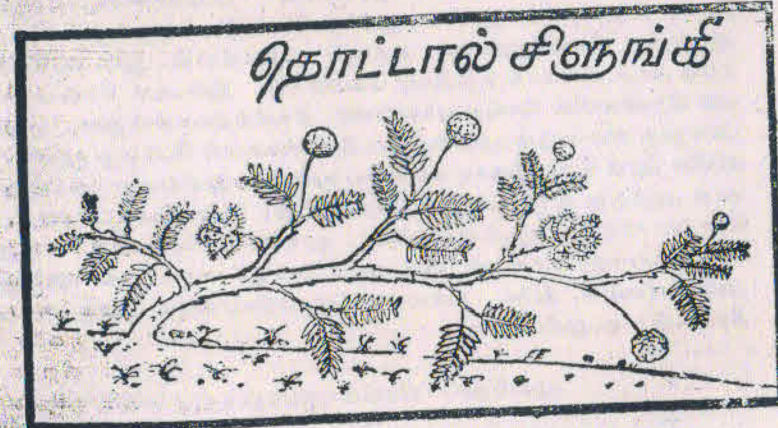
(1) தொட்டால் சிணுங்கி. இதை மனிதர்கள் தொட்டவுடன் இலைகள் சுருங்கி மூடிக்கொள்ளும்.

(2) நின்றால் சிணுங்கி. இது மனிதர்களின் நிழல் அதன் மேல் பட்ட மாத்திரம் இலைகள் சுருங்கி மூடிக்கொண்டு விடும். நிழல் சுருங்கி என்றும் இதற்கு பெயர்.

(3) ரத்தச் சுருங்கி. இது மனித காற்றுப்பட்டாலே போதும் இலை மூடிக்கொண்டு செடியின் இலை சிவந்து போகும்.

(4) நிலம் புரண்டி என்ற மற்றோர் வகை காந்தச் செடி உண்டு. இது மனித வாடைப் பட்டதும் நிலத்தில் உருண்டு பாம்புபோல் சலசலக்கும்.

(5) திகைப் பூண்டு என்ற ஓர் இனம். இதுவும் ஓர் காந்த மூலிகையே! தன்னைக் காலால் மிதித்து விட்டவர்களை இந்த செடி சும்மா விடாது! திகைப்பை உண்டு பண்ணி திசை தெரியாமல் மயங்கச் செய்துவிடும். இவையாவும் மனித சஞ்சார மற்ற இடங்களில்தான் இனவிருத்தி செய்துகொண்டு வாழும். இதில் முதல் சொன்ன தொட்டால் சிணுங்கி மட்டும் சுலபமாக காணலாம். மற்றவைகளை மிகவும் அரிதாகத்தான் காண முடியும். மேலும் இதன் செய்கைகளையும் குணங்களையும் பொதுவாக அனைவரும் தெரிந்து வைப்பது சமூகத்திற்கு நன்மை தராது என்று கருதிய சித்தர்கள் மறைத்தே வைத்து சாபத்தையும் கொடுத்துவிட்டனர். தொட்டால் சிணுங்கியை பற்றி மட்டும் நன்மை பயக்கும் இரண்டொரு விஷயங்களை குறித்துள்ளனர்.



தொட்டால் சுருங்கி அநேகமாக பலருக்கு தெரிந்திருக்கலாம். இது தரையோடு படரும் செடி இனத்தைச் சேர்ந்தது. புளியன் இலைப்போன்று, ஆனால் அதைவிட மிகச் சிறியதாகவும் இதன் காம்பு பாதி அளவாகி இருக்கும். செடியின் காம்பில் சிறு முட்களும் காணும். காம்பிலிருந்து நீளமான குச்சி போன்ற மலர் காம்பு நீண்டு முனையில் உருண்டை வடிவமான மலர் பூத்து இளம் சிவப்பு நீலமாக, (வன்னி மரத்தின் பூவைப்போல்) காணும். பொதுவாக இது சதுப்பு நிலங்கள் ஆற்றின்

கரையோரம், மணல் நிறைந்த பூமியிலும் ஏராளமாக வளரும். சிறுவர்கள் இதன் இலைகளை தட்டி விட்டு மூடிக்கொள்வதை கண்டு களிப்பார்கள். இந்த இலைகள் தலையை வணங்குவது போல் சுருங்கி விடுவதாலோ என்னமோ இதற்கு சமஸ்கிருத மொழியில் "நமஸ்காரி" என்று அழைப்பார்கள்.

செய்கையும் குணமும்

இதன் இலையும் வேரும் மருத்துவப் பயன் தரும். இம் மூலிகை உடலில் இயங்குவதை விட மனதில் தான் உணர்ச்சி யும் குணமும் பிரதிபலிக்கின்றன. ஆனால் உடலுக்கும் சக்தியை அளித்து உரம் பெறவும், சிற்றின்ப வேட்கையை (காம வர்த்தினி) தூண்டவும் உதவும். பொதுவாக இச் செடியானது மனோசக்திக்கு ஒப்பான காந்த சக்தியுடையதாகையால் பூமியில் இருந்து பிடுங்கி எடுத்து பயன் படுத்துவதைக் காட்டிலும், பூமியில் வளரும்போதே இதை தொடுவதன் மூலம் நாம் நல்ல சக்தியைப் பெறக் கூடும் என்பது சித்தர்களின் வாக்கிய மாகும்.

இம் மூலிகை குணம் தொட்டால் மனதில் பிரதிபலிக் குமா? இது எங்ஙனம் சாத்தியமாகும் என்ற சந்தேகம் சிலருக்கு எழலாம். தற்கால விஞ்ஞான சக்தியால் வானவெளியில் "டெல்ஸ்டார்" சாதனத்தை செலுத்தி அதன் மூலமாக ஒரு கண்டத்திலிருந்து மற்றோர் கண்டத்திற்கு டெலிவிஷன் செய்தி, ரேடியோ ஒலி அலைகளை அஞ்சல் செய்கிறார்கள் அல்லவா? அதுபோலத்தான் இந்த காந்தச் செடியும் மனதை மனதால் அறிந்து பயன் அளிக்க வல்லது. மனிதன் விஞ்ஞான சக்தியை பயன்படுத்தி அறிவின் திறமையால் பல செயற்கை பொருள்களை வாழ்க்கைக்குப் பயன் படுத்துவது போல பகுத்தறியும் திறன் அற்ற உயிர்களான மரம், செடி, கொடிகளும் அதனதன் சக்திக் கேற்றபடி பிற உயிரினங்களுக்கு உதவி வருகிறது என்றால் மிகையல்ல.

தொட்டு அஞ்சலி செய்வதனால்

காந்த மூலிகையான தொட்டால் சிணுங்கியை நாள் தோறும் தொட்டு அஞ்சலி செய்து கொண்டுவர, மனதில் எழுந்த எண்ணங்கள் சொல்லாலும் செயலாலும் உருவம் பெற்று இயங்க ஆரம்பிக்கும். இந்த மூலிகையை தொடும்போது அதன்

சக்தியெல்லாம் நமது விரல்கள் மூலமாக (மின் விசைப்போல்) நமது உடலுக்கு பாய்கிறது. அதனால் அதன் இலைகள் சக்தி இழந்துபோய் வாடி விடுகின்றது. மீண்டும் பூமியில் இருந்து சக்தியை எடுத்து மறுபடியும் விரிகின்றது தொடும்போது மனி தனின் கண் என்ன நினைவு உண்டாகிறதோ அந்த எண்ணம் இச் சக்தியால் செயல்பட முயற்சியாகும். இதுவே இம் மூலிகையின் சிறப்பு குணம்.

மானசீக சக்தி

மானசிக சக்தியில் தொட்டால் சிணுங்கியும் வன்னி மரமும் ஒன்றே ஆயினும், வன்னி பக்தியுடையவர் மனதிலும், தெய்வீக சக்தி கொண்டதாகவும் இறை வணக்கத்திற்குரிய அர்ச்சனைப் பாத்திரமாகவும் திகழும். தொட்டால் சிணுங்கி மாந்திரீகத்திற்கும் தன்னை நாடி வந்தவர் நல்லவர், கெட்டவர் எல்லோருக்கும் உதவக் கூடியது. யாந்திரீக முறையில் இது வசியம் (ஆக்ரஷணம்) செய்து பகை வெல்ல பண்டைய கால மக்கள் பயன் படுத்தியதாக தெரிகிறது.

"பகரவே இன்ன மொரு மொரு மூலிகேளு
பாங்கான சிணுங்கியப்பா காப்புகட்டி
நிகரவே பூசையிடு மந்திரத்தால்
நினைவாக ... ... ? ! !
உத்தமனே தூபமிட்டு வைத்துக்கொள்ளு" - (சுவடி)

மேல் கண்ட பாடலில் 'நினைவாக' 'உத்தமனே' என்ற வாக்கி யங்கள் குறிப்பிடத் தக்கவை. நல்லவை நினைக்க நற்பயன் விளையும். தீயவையான கெடுதல் நினைப்பதால் தனக்கும், பிற ருக்கும் துன்பம் தான். ஆகவே உத்தமனே என்பது எவ்வளவு ஆழமான பொருள் பாருங்கள்!

இயற்கைக்கு முரண்பட்ட, கனவிலும் நினைக்கக் கூடாத, தகுதியற்ற, கீழ்த் தரமான, முறையற்ற துர் எண்ணங்களைக்

கொண்ட ஒருவர் கருத்துக்கும்-கற்பனைக்கும் ஒவ்வாத காரியங்களை மனதில் நினைத்துக்கொண்டு இந்த மூலிகையைத் தொட்டால் அவைகளுக்கும் பலன் உண்டு! அதாவது புத்தி மழுங்கல், பிதற்றல், சித்தம் சுவாதீனமற்று போதல், தீராத நோய் தொழுநோய், பைத்தியம் போன்ற கோளாறுகளும் ஏற்படலாம். இவ் விஷயம் விளங்க கர்ண பரம்பரையாக வந்த ஒரு கதையுண்டு. "காட்டின் வழியே நடந்து சென்ற ஒருவன் கொடுமையான வெய்யிலுக்கு ஒரு மரத்தின் நிழலில் தங்கினான். சுகமான மர நிழல் காற்றில் களைப்பாறியவன், பசிக்கு ஏதாவது கிடைத்தால் புசிக்கலாம் என்று நினைத்தானாம். உடனே உணவு வந்து எதிரே நின்றதாம்! அதைச் சாப்பிட்டுவிட்டு மீண்டும், ஒரு கட்டில் இருந்தால் படுக்கலாமே என்று நினைத்தானாம், கட்டிலும் வந்ததாம்! அதில் படுத்துக்கொண்டு இப்போது ஒரு பெண் வந்து காலைப்பிடித்தால் நன்றாக இருக்கும் என்று நினைத்தானாம், பெண்ணும் வந்து காலைப் பிடித்தாளாம்! இப்படி நினைத்த அவன் ஒருவேளை இங்கு புலி வந்துவிடுமா? என்று நினைக்க புலியும் வந்ததாம்! இதைப் பார்த்த அவன் ஐயோ! இது நம்மை அடித்து தின்றுவிடுமோ என்று நினைக்கவும் புலி அவனை அடித்துத் தின்றுவிட்டதாம். ஆகவே இம் மாதிரி கற்பனை உலகத்தில் இருப்பவர்கள் இந்த காந்த மூலிகையை தொடாமல் இருப்பதே நலம் என்பதற்கு இது ஓர் உதாரணமாகும்.

நல்ல எண்ணங்களாலும், நல்ல சொற்களாலும், நற்செய்கைகளாலும் தீராத பல நோய்கள் தீர்ந்து போகின்றன! மெஸ்மர் என்ற மேனாட்டு நிபுணர் தன் மனோ சக்தியால் சிக்கலான நோய்களை குணப்படுத்தியுள்ளார். மெஸ்மரிஸம், ஹிப்னாடிஸம், மாக்னடிஸம், என்ற சிகிச்சை யாவும் காந்த சக்தி என்னும் மனோ சக்தியால் இயங்குபவைகளே. இது போல மருந்துகள் பல தின்றும் தீராத நோய் உடையவர்கள் தொட்டாற் சிணுங்கியை ஒருமை மனதுடன் உடல் சுத்தம் மனோ சுத்தமாகி தொட்டு நாள் தோறும் அஞ்சலி செய்து நோய் நீங்க வேண்டுதல் செய்துகொண்டால் அவை நீங்கக் கூடும்.

தொட்டாற் சிணுங்கியும், துளசியையும் ஒருங்கே வைத்து சில இல்லங்களில் வளர்ப்பதுண்டு. இவைகளை வழிபாடு செய்து அஞ்சலி செய்துவர பகை நீங்கி, வளம் பெற்று குடும்ப ஒற்றுமையும் சுபிட்சமும் ஓங்கும் என்பது நம்பிக்கை!

மேல் நாட்டாரும் இந்த மூலிகைக்கு "சென்ஸிடிவ்" பிளான்ட் என்று சொல்லுவார்கள். இவர்களும் இதன் மேல் ஓர் நல்லெண்ணம் கொண்டு வளர்ப்பதாக தெரிகிறது. அதாவது இந்த மூலிகை இலையை தொட்டு தலையிலிருந்து மார்பு வரையில் கை இறக்கி பின்பு, அதே வலக்கையால் வலது புஜத்தையும், நேரே இடது புஜத்தை தொட்டு (கிறிஸ்துவ சிலுவைக் குறியை) வணக்கம் செலுத்துவார்கள். இது அவர்களுக்கு தற்காப்பு செய்வதாக நம்பிக்கை. இன்றும் இதை கண் கண்ட தெய்வமாக போற்றுவோரும் உண்டு.

மருத்துவ முறைகள்

தொட்டால் சிணுங்கியின் இலைகளும் வேரும் உடல் பிணிகளுக்கும் பயன்படுகிறது. வாதத்தால் வந்த வீக்கங்கள், மேக நீர் கீல்வாதம் ஆகியவை கரைய வேண்டுமானால் இதன் இலையைக் களிமண்ணுடன் அரைத்து வீக்கம் கண்ட இடங்களில் பற்றுப் போட்டுவர அவை நீங்கும். வேரும், இலையும் சம அளவாக எடுத்துலர்த்தி, இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த தூளை 10 முதல் 15 அரிசி எடை பசும் பாலுடன் குடித்துவர சிறுநீர் சம்பந்தமான நோய்கள், மூலச்சூடு, ஆசனக் கடுப்பு முதலியன போவதுடன் உடல் உரம் பெற்று பலமாகி, சிற்றின்பத்தால் மன நிறைவு பெறும்.

நற் சிந்தனை

இம் மூலிகையை தொடும்போது ஒருவர் நினைக்க வேண்டியது மூன்று விஷயமேயாகும். இதுவே சமுதாயத்திற்கும் அடிப்படை. (1) பசி, (2) பிணி, (3) பகை ஆகிய இம் மூன்றும் ஒவ்வொருவரையும் விட்டு விலகினால் உலகமே சுவர்க்கலோகமாகி விடும். பசியை உடைய நாடு, பகையும் பிணியையும் வளர்த்து நலிப்தே போகும் என்பதை எடுத்து சொல்லவேண்டியதே இல்லை.

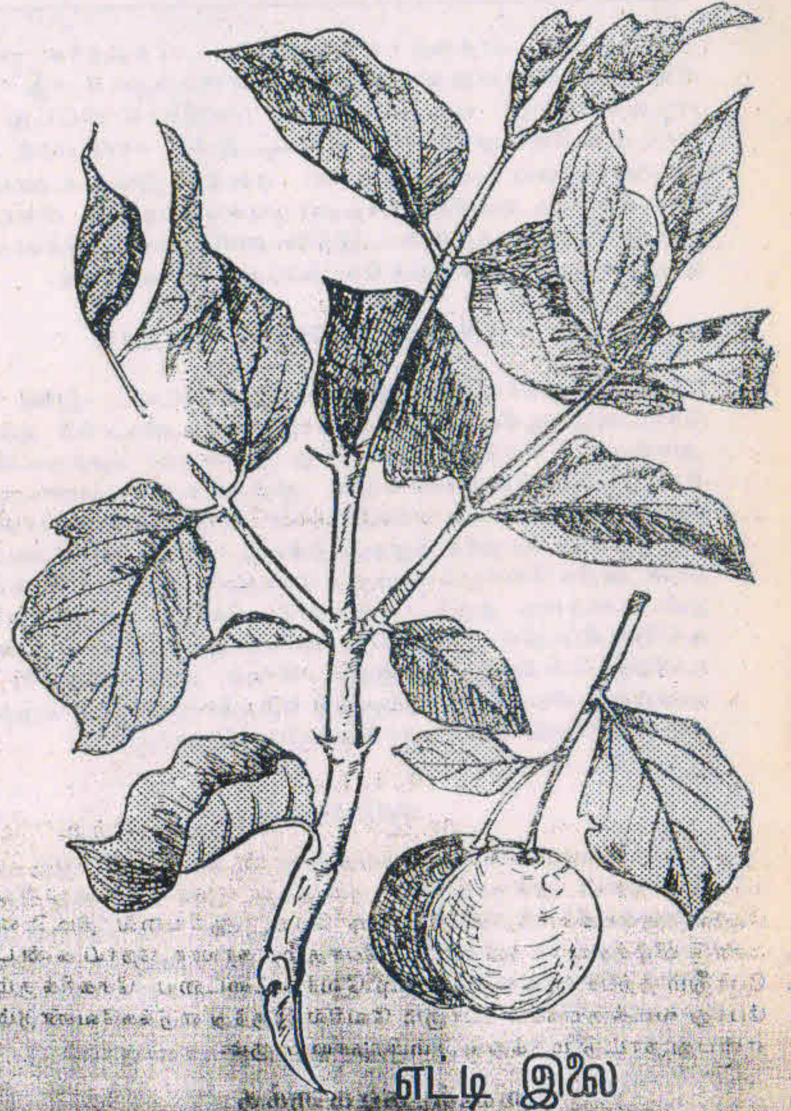
"பசியும் பிணியும் பகையும் நீங்கி
வசியும் வளனும் சுரக்க".- [மணிமேகலைக் காதை]

இந்த நினைவு நிறைவேறக் கூடியதும் நற்சிந்தனையுமாகும் அல்லவா? காந்த மூலிகையை தொடும்போது நினைவு கூறுங்கள்!



எட்டி மரம்

இந்தியாவுக்கே உரிய மர இனங்களில் எட்டியும் ஒன்று. பெரு மர வகுப்பைச் சேர்ந்த இது அடர்ந்த காடுகளில் தான் காணப்படுகிறது. " மரம் பழுத்தால் வௌவாலை வா வென்று கூவி இரந்தழைப்பார் யாரும் இங்கில்லை. கண்டீர் " என்ற செய்யுள்படி எந்த மரம் பழுக்க ஆரம்பித்தாலும் அந்த பறவைக் கூட்டங்கள் கூடிக் களித்துண்டு கும்மாளம் போடும். மனிதர் களும் இப்படித்தான்! கருணையுள்ளம் படைத்த செல்வந்தர் களிடம், இல்லாதவர்கள் சென்று பிய்த்துப் பிடுங்கித் தின்பார் கள். இந்த எட்டி மரம் இருக்கிறதே இது பழுத்து பார்வைக்கு மிக அழகாக சிவந்த நிறத்தோடு இருந்த போதிலும் எந்தப் பறவை இனங்களும் இதை உணவாக கொள்வது இல்லை. மானிட வர்க்கத்திலும் இத்தகையோர் உண்டு. இவர்களுக்கு எவ்வளவு பணம் இருந்த போதிலும், தனக்கோ அல்லது பிறர் செய்யும் நற் செயலுக்கோ உதவுவதில்லை. வாய்ச் சொல் எட்டிப் பழம்போல மிக அழகாகத்தானிருக்கும். செயலில் ஒரு காரியமும் நடவாது. இந்த உலுத்தப் பிரபுக்களை நாடியவர் வந்த போதும் சரி 'இதோ பாருங்க, பிறரை நான் ஏமாற்ற மாட்டேன், மத்தவங்களிடம் நானும் ஏமாற மாட்டேன்" என்று முதலில் எச்சரிக்கை விட்ட பின் தான் பேச்சை ஆரம்பிப் பார்!... போகட்டும், "எட்டிப் பழுத்தாலென்ன! ஈயாதார் வாழ்ந்தாலென்ன?" ஆனல் இப்படி ஒரு கஞ்சத்தனமுடை யோர்கள் ஊருக்கு ஒருவராவது இருக்கத்தான் வேண்டும். இல்லையென்ருல் தர்மசிந்தையும் தயாள குணமுள்ளவர்களின் சிறப்பு எப்படி தெரியும். காடுகளில் நிறைய வளரும் எட்டி கூட நாடு நகரங்களில் அங்கொன்று இங்கொன்றுமாக இருப் பதைக் காணலாமே! ★



எட்டி மரத்தை எல்லோரும் பார்த்திருக்க முடியாது என்றாலும் ஏதாவது கைப்பு ருசியை சுவைக்கும் போது "அப்பா எட்டிக் கசப்பு" என்று சொல்வது சகஜமாகி விட்டது எட்டி மரம் அடி வேர் முதல் மரப்பட்டை, இலை, காய் பழம் யாவும் கைப்பு ருசியை உடையதுதான் எனவே இதை உணவு மருந்துமாக பண்டங்களில் சேர்த்துப் பயன்படுத்துவது கிடையாது. நாட்டு மருத்துவத்தில் கூட இதனை தனித்துக் கொடுக்காமல் பல மருந்துகளுடன் சேர்த்துக் கொடுப்பது தான் வழக்கம்.

மருத்துவ குணமும் பயனும்

பொதுவாக வேர்ப்பட்டை, மரப்பட்டை, இலை, பழம், கொட்டை ஆகியவைகள் உஷ்ணத்தை உண்டாக்கி வாய்வை அகற்றும். மலத்தை உடைத்து நீராக்கும். அத்துடன் சிறு நீரைப் பெருக்கித் தள்ளிவிடும். குறிப்பாக நரம்பு மண்டலத்தில் வேலை செய்து நரம்பு சம்மந்தமான வாத வாய்வு ரோகங்களை போக்கும் என்பதாக கருதப்படுகிறது. இதில் கொட்டைக்குத் தான் அதிக வேகமும் விஷத் தன்மையும். இது உடலை உரமாக்கும். பலத்தை தரும் என்றாலும் கொட்டையைத் தனித்து உபயோகிப்பதில் பற்பல நோய்களை சிறுகச் சிறுக உண்டாக்கி உயிரை போக்கும். ஆனாலும் விஷத் தன்மையுடைய இது பாம்பு முதலிய விஷக்கடிகளுக்கு ஏற்றதாகும். சில மருத்துவர்கள் விஷபேதி, காலராவுக்கு உபயோகிப்பார்கள்

காலராவுக்கு

வேர்ப்பட்டை : வேரில் உள்ள பட்டையை மட்டும் உரித்து அரைபலம் அளவு எடுத்து சிதைத்து மண் சட்டியில் போட்டு 1 குவளை நீர் விட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டிய கஷாயத்தை மூன்று வேளை குடிக்க வாந்தி பேதி. விஷ பேதி, ஆகியவை திடீரென கண்டு வீழ்ச்சியடைந்து விட்ட போதும், காலரா நோய் கண்ட போதும் நற்பயன் தரும். எட்டி வேர் பட்டையை சேகரிக்கும் போது வடக்கு பக்கம் போகும் வேரில் இருந்து எடுக்கவேண்டும் என்பது நாட்டு மருத்துவ சம்பிரதாயமாகும்.

விஷக் கடிகளுக்கு

பாம்பு கடிகள் முதல் சகலவித விஷக் கடிகளுக்கும் வேர்ப் பட்டை நல்ல பயனைத் தரக்கூடியது. வட பாகம் செல்லும்

வேரை வேண்டுமளவு எடுத்து உரித்து மேல்பட்டையை மட்டும் எடுத்துக்கொண்டு அதை எலுமிச்சம் பழச் சாற்றில் ஊரவைத்து உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து பத்திரப் படுத்தவும். விஷக் கடியால் வேதனை மிகுந்து உடம்பெங்கும் வீங்கி குளிர்ந்த வியர்வைவிட்டு வலி, குடைச்சல் கண்டபோது தும்பை இலை, சிவனார் வேம்பு ஆக இரண்டும் சேர்த்து ஒரு கைப் பிடி எடுத்து சிதைத்து சட்டியில் போட்டு ஒரு குவளை நீரில் கொதிக்கக் காய்ச்சி அதில் மொச்சை அளவு இந்த வேர் தூளை போட்டு தினம் இரண்டு வேளை விஷ கடி தொல்லை தீரும் வரை சாப்பிட வேண்டும். எல்லா விஷ கடிகளும் முறிந்து போக வேர் பட்டை மட்டும் தனியாக எடுத்து உலர்த்தி இடித்து மெல்லிய தூளாக துணியில் சலித்து வைத்துக்கொண்டு அதை மூக்கில் பொடி போடுவது போல் நசியமிட வேண்டும். இம் மாதிரியான விஷக் கடி சிகிச்சைகளுக்கு எல்லாம் பத்தியம் முன் கட்டுரைகளில் பாம்பு கடி மூலிகைகளில் குறிப்பிட்ட பத்தியங்களையே அனுசரிக்கலாம்.

மரப் பட்டை

பட்டைகளை வெட்டி மேலே உள்ள தோலைச் சீவி எடுத்து உலர்த்தி இடித்து சூரணமாக செய்து கொண்டு வாத வலிகள் நாள்பட்டு போனவைகளுக்கும், நரம்பு வலிகள், நரம்பு இசிவு ஆகியவைகளுக்கும் இரண்டு குண்டுமணி அளவு வெந்நீரில் கொடுக்க விலகும். மரப்பட்டைகளை சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு பலம் நல்லெண்ணையில் விட்டுக் காய்ச்சி பதமாக்கி வைத்துக்கொண்டு சொறி, சிரங்கு, புண் புரைகளுக்கு மேலே தடவி வரலாம். தேள் கடி விஷம் குடைச்சல் நீங்க, இதன் பட்டைத் தூள் இரண்டு குண்டுமணி அளவு இரண்டு சோற்றுப்பு சேர்த்து ஒரு கருப்பு வெற்றிலையில் மடித்து வாயில் போட்டு மென்று தின்ன தேள் கடி விஷம் சாந்தமாகும்.

இலை

போதுவாக இலையின் உபயோகம் வழக்கில் இல்லை யாயினும் நாள்பட்ட வாத நோய் உடையவர்களும், நரம்பு வலி குடைச்சல் உடையவர்களும் இலையை ஒரு பிடி நீரில் போட்டுக் காய்ச்சி அந்த நீரில் தினமும் குளித்துவர குணப்படும்,

வேனில் கட்டிகள் கரைந்து போக

இளந் துளிர்களை புதுச் சட்டியில் போட்டு வதக்கி எடுத்து மை போல அரைத்து அந்த அளவு வெண்ணெயுடன் கலந்து சிவந்த நிறமுடைய கட்டிகள் பழுத்து உடையாத போது இதை அங்கு மட்டும் பற்று போட்டுவர கட்டிகள் கரைந்து போகும்.

பழம்

இதுவும் பொது வழக்கில் பயன் படாதது தான். எனினும் மகா குட்டரோகம், பெரு வியாதிகளுக்கும் இப் பழத்தின் ரசத்தை முறைப்படி பிழிந்து சிவனார் வேம்புக் குழித் தைலம், பற்ப செந்தூரங்களுக்கு அனுபான துணை மருந்தாகக் கொடுப்பது சித்தர்களின் அனுபவ முறைகளாகும்.

எட்டிக் கொட்டை

பழத்தினுள் இருக்கும் இக் கொட்டை தட்டையாக நாணயம் போல் வட்டமும் மத்தியில் சிறு பள்ளம் விழுந்தும், வெல்வட் பட்டு என்ற துணி போல மிருதுவான சுணைகாணும். எட்டிக் கொட்டை விரைந்து கொல்லா விட்டாலும் கூட நாளடைவில் பல கெடுதலகளை விளைவித்து உயிருக்கு ஆபத்தை உண்டாக்கும். இதை நாட்டு வைத்தியர்கள் கூட தனித்துக் கொடுக்க மாட்டார்கள்! எனவே இதன் ரகசியத்தை நனகு அறிந்த நந்தி, போகர், புலிப்பாணி. தேரையர், தன்வந்தரி, யூகி முனிவர், அகத்தியர் போன்ற சித்தர்கள் கண்ட முறைகளில் இதை அளவோடு பல மருந்துகளுடன் கூட்டியும், தீக்குணங்களை முறித்தும் மருந்தாகச் செய்து உபயோகித்ததாக பல பழைய ஏட்டுச் சுவடிகளில் காணக் கிடக்கிறது. நந்தி மெழுகு, இரச கெந்தி மெழுகு, மூசாம்பர மெழுகு. மகா விடமுட்டித் தைலம், இலகு விடமுட்டி என்று சொல்லப்படும் சிறப்பு வாய்ந்த சித்த வைத்திய முறைகளில் இந்த எட்டிக் கொட்டை உபசாரகமாக சேர்க்கப்படுகிறது. இம் மருந்துகள் வாத வலிகள் எனப்படும் பக்ஷவாதம், தனுர் வாதம், நடுக்கு வாதம், குமரகண்டம், முயலகண்டம், உதறுவாதம், காக்கைவலி, சந்நி [illegible] தாது நட்டத்தால் வரும் பல ரோகங்கள் [illegible]

பாண்டு நீர்க்கோவை, மூல ரோகம், மலபந்தம், பேதி முதலிய நாள்பட்ட வியாதிகளுக்கு சிகிச்சை செய்வது வழக்கமாகும்.

எட்டிக் கொட்டை ஏராளமாக ஏற்றுமதியாகிறது. தூத்துக்குடி துறைமுக கிடங்குகளில் சென்று பார்ப்போமானால் இந்த எட்டிக் கொட்டை மூட்டைகள் தான் ஏராளமாக விழுந்து கிடக்கும். மேனாட்டு ஆங்கில மருத்துவ முறைகளில் இதைத் தனித் தயாரிப்புகளாக [பச்சை வெட்டு, குருட் டிரக்ஸ்] தூளாகவும், மதுசாரம் கலந்த டிங்சராகவும், எக்ஸ்டிராட் சத்தாகவும், கிரிஸடல் உப்புகளாகவும் தயாரித்து விற்பனை செய்து வருகிறார்கள். எட்டிக் கொட்டை உப்பு ஓர் கொடிய நஞ்சாகும். நஞ்சுத் தன்மையுடைய நோய்களில் இது உபயோகமானாலும் கூட, எட்டிக் கொட்டைத் தனித் தயாரிப்பு, சித்த மருத்துவத்தில் ஒப்புக்கொள்ளப் படாத, வழக்கில் ஓர் முறை என்று ஒதுக்கப்பட்டுள்ளது. ஆனால காடு வனங்களில் தனித்து தவசியாக வசிக்கும் சாதுக்கள் எட்டிக் கொட்டையை முறைப்படி குறிப்பிட்ட காலம் வரையில் அளவாக உண்டு உடலையும் மனதையும் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளுகின்றனர். இப்படிச் செய்துகொண்டவர்களின் உடலை விஷ ஜந்துக்கள் தீண்டினால் அவைகள் தாம் இறக்குமே தவிர சாதுவின் உடலுக்கு அழிவேற்படாது.

ஹோமியோபதியில் எட்டிக்கொட்டை

எந்தவிதமான கொடிய நஞ்சுத் தன்மையுடைய மருந்துகளையும் இம் முறையில் தயாரித்து உயர்ந்த வீர்யத்தில் தனித்துக் கொடுக்கலாம். அநேகமாக எல்லாவித மருந்துகளும், கடுகளவும் மிளகளவும் உள்ள சிறு சர்க்கரை உருண்டை மாத்திரைகளாகவும் திரவங்களாகவும் இருக்குமே ஒழிய, உயிரைப் போக்கும் ஊசி மருந்துகளோ, தொண்டையை அடைக்குமளவு பெரிய மாத்திரைகளோ, இம்முறையில் கிடையாது. அவ்வளவு தூய்மையானதும், சித்தர்களின் தத்துவங்களுக்கு ஒப்பானது இந்த ஹோமியோபதி முறை. இதிலும் தற்காலம் மாறுப்பட்ட கருத்துகள் வளர ஆரம்பித்து விட்டன. ஹோமியோபதி மருந்தின் சட்ரூபத்தைக் கண்ணால் பார்க்க முடியாது. எட்டிக் கொட்டைக்கு

தால் எட்டிக் கொட்டையின் சத்து கோடியில் ஒரு பங்கு கூட "நக்ஸ்வாமிகா" என்று பெயர். நக்ஸ்வாமிகா 30 × என்ற புட்டியில் உள்ள ஒரு மாத்திரையை பரிசோதனை செய்து பார்த்தால் எட்டிக் கொட்டையின் சத்து கோடியில் ஒரு பங்கு கூட காணாது! இப்படி வீரியம் செய்யப்பட்ட எட்டிக் கொட்டை ஒரு அபூர்வ சூட்சம சக்தியுடையதாக மாறுகிறது. இம் மருந்து உடலில் வேலை செய்வதை விட மனதில் தான் ஆழ்ந்து வேலை செய்து சூட்சம சக்தியை ஆன்மாவை சரிப்படுத்துகிறது. உடலில் பச்சை எட்டிக் கொட்டை தின்றவர்களுக்கு என்னென்ன அவஸ்தைகள் கெடுதல்கள் உண்டாகுமோ? அந்த மாதிரியான நோய் உடையவர்களுக்கு எல்லாம் இந்த நக்ஸ்வாமிகா 30 × நிச்சயமாகவும், நிரந்தரமான குணமும், அபாயமின்றியே அளிக்க வல்லது. மிக முக்கியமாக இங்கிலிஷ் மிக்சர், மாத்திரை, ஊசி, மருந்துக்களை அடிக்கடி உபயோகித்து உடம்பைக் கெடுத்துக் கொண்டவர்களுக்கு இதைக் கொடுத்துவர கெடுதல் யாவும் முறிந்து போகும். தீராத மூல ரோகத்திற்கு நக்ஸ்வாமிகா 30 × மாலை நேரத்தில் ஒரு வேளையும், தொடர்ந்து 1 மாதம் கொடுக்க பூணடோடு நோய் நீங்கிவிடும். வாத ரோகம், மூளை, முள்ளத்தண்டுக் கொடி, கழுத்துக் கண், கை, கால் நரம்புகளைப் பற்றியும். குடல், ஈரல், சிறுநீர்ப்பை ஆகியவைகளைப் பற்றிய போதும், நக்ஸ்வாமிகா 30 × மிகவும் பயனுடையதாகிறது. குடிககாரர்களுக்கு உள்ளுறுப்புகள் அழிந்தபோதும், திடீர் மாரடைப்பு நோய், இரத்த மூலம், சீதபேதி ஆகியவைகளும், கருத்தரித்த மங்கையர்களுக்கு காணும் மசக்கை வாந்தி, குமட்டல் மற்றும ஈரல் நோய், காமாலை, மலச்சிக்கல் ஆகிய நோய்களுக்கெல்லாம் மாலை நேரத்தில் கொடுக்க நன்கு பயன் தரும் என்று இ. பி. நாஷ் என்ற மேநாட்டு நிபுணர் கூறுகிறார். அதிலும் முன் கோபக்காரர் எடுத்ததற்கெல்லாம் குற்றம் கண்டுபிடிக்கும் சுபாவமுடையோர், அற்ப விஷயங்களுக்கெல்லாம் எரிந்து விழுவோர், சப்தங்களை சகிக்க முடியாமல் கோபமடைவோர் போன்ற அதிபுணர்ச்சியுடைய நோயாளிகளுக்கே "நக்ஸ்வாமிகா" 30 × சிறப்பாக வேலை செய்யும் என்பது ஹோமியோபதி சித்தாந்தம்.

எட்டிக் கொட்டையை தவறி உண்டுவிட்டவர்களுக்கு கொட்டை நீக்கிய கடுக்காயை 5 பலம் எடுத்து 1 படி நீரில் நன்றாக கொதிக்க காய்ச்சி அரையாழக்காக தினம் இரண்டு மூன்று வேளை கொடுக்க விஷம் முறியும். கம்மாறு வெற்றிலையை மட்டும் வாயில் போட்டு மென்று தின்று வரலாம் அல்லது அரைத்து சிறிய எலுமிச்சம் பழம் அளவு விழுங்கச் செய்யலாம், அல்லது கெட்டி மிளகும் வெந்தயமும் சம அளவாக சேர்த்து வெந்நீரில் அறைத்து அந்த அளவு வெண்ணையுடன் கலந்து வைத்துக்கொண்டு நெல்லிக்காய் அளவு 2 முதல் 4 வேளை ஐந்து நாள் கொடுக்க எட்டிக் கொட்டை விஷம் தணிந்து போகும்.

எட்டி மரத்தையும் சமூகத்தையும் ஒப்பிட்டால் கிட்டே வராமல் எட்டிதான் நிற்கும். இதுபோல உள்ள மனிதர்களும் இருக்கிறார்களே என்று மற்றவர் பெருமைப் படுவார்களா? இல்லை. "உம் எட்டி மரமானாலும் பச்சென்று இருக்கட்டும்" என்றுதான் சொல்லுவார்கள் அல்லவா? வாழ்க எட்டி மரம்!







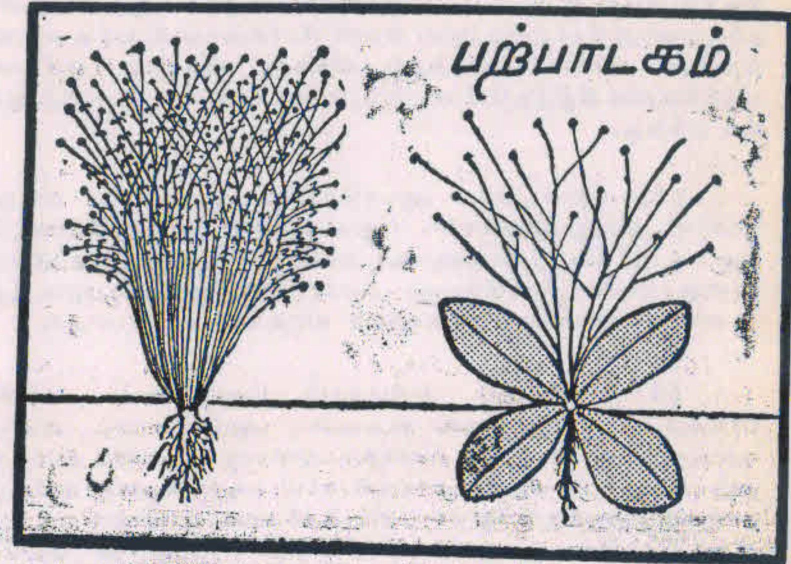
பற்பாடகம் என்ற இந்த பூண்டினத்தை தெரியாதவர் கள் பலர். தெரிந்தவர்கள் சிலர்தான் இருக்கக் கூடும். கிராமங் களில் கூட இதை இளம் வயதினர்களும், பள்ளிச் சிறுவர்களும் தெரிந்து வைத்து இருப்பார்கள் நகரத்தில் உள்ளவர்களுக்கு இப் பூண்டு என்னவென்றே தெரியாது என்று கூறிவிடலாம். காலம் அவ்வளவு வேகமாக மாறி, நாகரீகத்தின் விளைவாக நல் லவை எல்லாம் மறைந்தே வருகின்றன. ஒருவேளை நகரங்களில் உள்ள பழைய நாட்டு மருந்து கடைக்காரர்களுக்கு இது நிச்சய மாக தெரியும். தொன்று-தொட்டு பரம்பரையாக வந்த நாட்டு வைத்தியர்களுக்கு இந்த பற்பாடகத்தின் குணங்கள் நன்கு தெரியும். ஆனாலும் மிக சுலபமாக பிறர் நலம் கருதி வெளியிட மனம் வராத காரணத்தால், நமது நாட்டின் பழம் பெருமை வாய்ந்த மருத்துவ முறைகள் யாவும் அழியவும் அந்நிய மருந்து கள் நம் நாட்டு மக்கள் பேரில் குதிரை ஏற்றம்போட ஆரம்பித்து விட்டன !

பற்பாடகம் என்ற இது குப்பைமேனி, அம்மாம் பச்சரிசி, கீழாநெல்லிபோல் எளிதில் கிடைக்கக் கூடியது தான். சுமார் அரை முதல் ஒரு அடி உயரம் வரை வளரும். இப் பூண்டு மெல்லிய கம்பி போன்று வளர்ந்து, ஊசி போன்ற இலைகளையும் சிறிய குண்டூசி போன்ற கதிர்களையும் உடையதாக இருக்கும். சுமார் கடுகளவுள்ள இதன் கதிர்கள் வாயில்பேரட குழதுழப்பாக இருக்கும். இது அநேகமாக பனி, மழை காலங்களில் மேடான சமவெளிகள். குன்றுகள், பாறைகளின் சரிவு இரும்புச் சத்துள்ள

மண் பூமிகள் ஆகிய இடங்களிலும் இருப்புப் பாதையோரங்களில் ஏராளமாக வளருவதைக் காணலாம்.

பொதுக் குணம்

பற்பாடக பூண்டு பொதுவாக உடல் வெப்பத்தை தணிப் பதில் கானும் வாழையைப் போன்றது. எல்லா விதமான சுரங் களுக்கும் ஒண்ணும் நெம்பர் எதிரி இந்த பற்பாடகம் ! சீதள, வாத கபசுரங்கள், பித்த சுரங்கள், விஷ சுரம், விடாது அடிக்கும் சுரங்கள் யாவற்றிற்கும் நன்மை தரும். வியர்வைப் பெருக்கி உடல் நாற்றத்தையும் அழுக்கையும் போக்குவதில் கஞ்சாங்கோரை என்னும் நாய்த் துளசிக்கு நண்பன். பசியைத் தூண்டுவதில் ' சுப்பிரமணி''க்குச் சகோதரன். மலத்தை இளக்கி வெளியாக்குவதில் அம்மாம் பச்சரிசி, புளியம்பழ ஓடு, வாழைப்



பழம் ஆகியவைகளுக்கு இணையானது. கண் ரோகங்களில், பொன் னாங்கண்ணி, அருகம்புல் போன்றது பற்பாடகம் தனித்து கிராம வழக்கத்தில் உபயோகமாகிறது. இது கீழாநெல்லி போன்றே அநேக மூலிகைகளுக்கு நண்பன். ஒவ்வொரு மூலிகையோடு சேரும்போதும் அதன் தன்மைகள் குணங்களுக்கு ஏற்றவாறு

பணிபுரிந்து நோய்களை வேருடன் களைந்து எரிகின்றது என்பதை பல சித்தர்களின் பாடல்களில் அறியக் கிடக்கின்றது.

ஜுர ரோகங்களின் சில கஷாய முறைகள்

(1) பற்பாடகம், சுக்கு, வெட்டிவேர், விளாமிச்சு, சிறு தேக்கு இவைகள் வகைக்கு கால்பலம் சுத்தம் செய்து இடித்து நான்கு குவளை நீரில் போட்டு ஒரு குவளை கஷாயமாக காய்ச்சி தினம் மூன்று முதல் நான்கு தடவை இரண்டு மூடக்கு வீதம் குடிக்க சன்னி சுரங்கள், சீத வாத சுரங்கள் விலகும்.

(2) பற்பாடகம், சுக்கு, நெருஞ்சில் வேர், எருக்கன் வேர், முத்தகாசு, திப்பிலி மூலம். வகைக்கு ஒரு ரூபாய் எடை வாங்கி இடித்து மேல் குறிப்பிட்டபடி கசாயமிட்டு குடிக்க சூதக சன்னி, தலைமுழுக்கு நேரத்தில் ஆண் பெண் சேர்க்கையால் வந்த சன்னி தோடம், நாக்கு வெடித்தல், விக்கல், பிதற்றல், ஓடுதல், படுக்கையை கிழித்துப் போடல் போன்ற சகல சன்னி சுரங்களுக்கும் ஏற்றது.

(3) பற்பாடகம், ஆடாதொடை, தூதுவளை, சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு இவைகளை 1 ரூபாய் எடை இடித்துப்போட்டு ஒரு படி நீர் வட்டு கால்படியாக காய்ச்சிய கஷாயத்தை தினம் நான்கு வேளை கொடுத்துவர கபம், சளி, இருமல், இளைப்பு, காசம் ஆகியவைகளுடன் காணும் வாத சுரங்கள் போகும்.

(4) பற்பாடகம், அதிமதுரம், வெட்டிவேர், மல்லி, பரங்கிப் பட்டை, நன்னாரி, தூதுவளை, ஆடாதொடை, சுக்கு, லவங்கம், கற்கண்டு ஆக வகைக்கு அரை ரூபாய் எடை இடித்து ஒரு படி நீரில் போட்டுக் காய்ச்சி கால் படியாக கஷாயமிட்டு சகல சுரங்களுக்கும் சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரை ஒரு மூடக்கு வீதம் கொடுத்துவர குளிர் சுரம், பித்த சுரம், யாவும் விலகிப் போகும்.

(5) பேதியாகும் விஷ சுரங்களுக்கு பற்பாடகம், மாம் பட்டை கோரைக் கிழங்கு, இலவம் பிசின், கஞ்சாங்கோரை, வெட்டிவேர், சுக்கு, மல்லி வகைக்கு அரைரூபாய் எடை இடித்து மேல் சொன்ன அளவு படியே கஷாயம் காய்ச்சி குடித்துவர நிற்கும்.

(6) பற்பாடகம், சீந்தில் கொடி, கோஷ்டம், சிறுதேக்கு திப்பிலி, நிலவேம்பு, சுக்கு, ஆடாதொடை வகைக்கு கால் ரூபாய் எடை இடித்துப் போட்டு காய்ச்சி கஷாயத்தை நாள்பட்டுபோன பழைய சுரங்களுக்கு கொடுக்க நீங்கும்.

(7) பற்பாடகம், நெற்பொறி, வறுத்த பாசிப்பயறு, வில்வ வேர், அதி மதுரம் வகைக்கு அரை ரூபாய் எடைபோட்டு மேல் சொன்ன அளவுபடி கஷாயமிட்டு கொடுக்க அடங்காத சுரம் போகும்.

டிங்கு என்ற விஷ சுரம்

இந்த சுரம் சமீபத்தில் வந்துள்ள தொற்று நோய். அம்மைபோல் மிக தீவிரமாகக் காற்றின் மூலம் ஒரு வீட்டில் உள்ள மற்றவர்களுக்கும் தொற்றுகிறது. இந்த நோய் வராமல் தடுக்க கைப்பு ருசியுடைய உணவு பண்டங்களான வேம்புவின் பூ, கொழுந்து, முடக்கத்தான், பால் சுண்டைக்காய் மணத் தக்காளி, சுண்டை வத்தல் ஆகியவைகளை நெய் அல்லது விளக் கெண்ணை கொண்டு வதக்கி வாரம் இரண்டு மூன்று முறை உணவு காய்கறியாக சாப்பிட அநேகமாக இது வராமல் தடுக்க லாம். வந்த பிறகு கீழ்க் கண்ட கஷாயம் நிச்சயமாக நோயைச் சிக்கல் படுத்தாமலும் உடல் சக்தி வீணாகாமலும் குணப் படுத்தும்.

பற்பாடகம், நிலவேம்பு, சுக்கு, அதிமதுரம், சீரகம் இவை களை வகைக்கு ஒரு ரூபாய் எடை இடித்து 1 படி நீரில் காய்ச்சி கால்படி கசாயமாக்கி அடிக்கடி குடித்துவர தினம் நாலு முதல் ஆறு வேளை குடிக்க நோய் விலகும். இந் நோய் சிலருக்கு கடுமையாக கண்டு (கால் முட்டி, கணுக்கால் வீக்கம், எலும்பு களில் எல்லாம் வலி, விடாத சுரம் ஆகியவை கண்டுள்ளவர் களுக்கு) இந்த கசாயத்தில் மேலும் பேய் புடல், திப்பிலி, ஓமம் வேப்பம் பட்டை, ஆதிநாராயண இலை (வாதமடக்கி) ஆகியவை களையும் போட்டு [வகைக்கு 1 ரூபா எடை] மேல் சொன்னபடி கசாயம் இறக்கி கொடுக்க தீரும். இதே கசாயம் எல்லாவித விஷ சுரங்களுக்கும் சிறந்தது ஊசி மருந்துகள், மாத்திரைகள், மிக்சர் கள் இல்லாத காலத்திலே, நகரத்திலே நடந்து வந்த முனிசிபல் சித்த வைத்திய சாலைகளில் இந்த மாதிரியான கசாயங்கள்தான் நம் உயிரை காப்பாற்றியுள்ளது. இன்னும் இந்த கசாயத்தில் நம்பிக்கை வைப்போர் ஏராளம்!

இந்த கசாயம் போடுவதில் கவனிக்க வேண்டிய முக்கிய விதி யாதெனில் காய்ச்சும் பாண்டம் மண் பாண்டமாக இருத்தல் அவசியம் நாட்டு மருந்து கடைகளில் இருந்து வாங்கும் மருந்துகளில் உள்ள தூசு துாசிகளை அகற்றி சுத்தம் செய்து சிறிது நேரம் சூரிய ஒளியில் வைத்து பின்பு இடித்து மண் சட்டியில் போட்டு இள வறுப்பாக வறுத்த பின்பு தண்ணீரை அளவு படி ஊற்றிக் காய்ச்சி நாலொன்றாக சுண்டியதுதான் கசாய முறை. இதை ஒரு சுத்தமான புட்டியில் வடிகட்டி அளவுபடி சாப்பிட வேண்டும். இக் கசாயங்களில் சேரும் பச்சை மூலிகைகளையும் இப்படியே சுத்தம் செய்து குறுக துண்டு செய்து போட்டு காய்ச்ச வேண்டியது. உலோக பாத்திரங்களிலும், மண்ணெண்ணெயை கொண்டு எரிக்கும் ஸ்டவ அடுப்புகளும் பயன் படுத்துவது கூடாது,

எவ்வித சுரம் வந்தபோதும் எவ்வளவு நாட்பட்டதா னாலும் பற்பாடகம் கலந்த கசாயம் குணமாக்கிவிடும்.

சகலவித இனம் தெரியாத சுரங்களுக்கும்

பற்பாடகம், கண்டங்கத்திரி, ஆடாதொடை, சுக்கு, விஷ்ணு கிரந்தி ஆகிய ஐந்து, வகைக்கு 1 பலம் இடித்து 1 படி நீரில் போட்டு காய்ச்சி கால்படி கசாயமிறக்கி நாலு வேளை கொடுக்க இரண்டே நாளில் சுரம் இருந்த இடம் தெரியாமல் போகும்.

கசாய முறைகளில் சேர்க்கும் மருந்துகளில் பற்பாடகத்தை ராஜாவாகவும் மற்றவைகளை மந்திரிகளாகவும் மதிக்கலாம். " ராஜா இல்லாத மந்திரி சபை உருப்படாது, அதுபோலத்தான் பற்பாடக மில்லாத கசாய வகை பலன் தராது " என்பது சித்தர்களின் சாராம்சம். மலத்தை உடைத்து தள்ளும் கசாயங்களிலும், பசியைத் தூண்டும் கசாயங்களிலும் பற்பாடகத்தைப் பல மருந்துகளுடன் சேர்த்துக் கொடுப்பது நமது நாட்டு மருத்துவத்தின் பழங்கால முறைகள்.

" சீத வாதச்சுரமும் தீராத்தாகமும் போம்
போதவிரு கண்குளிரும் பொய்யல்லவே-பூதலத்துள்
வற்பார் பயித்தியமும் மாபித்தமும் தொலையும்
பற்பாடகத்தை யுன்னிப்பார் " — [கும்ப முனி]

ஒரு கிராமத்திலிருந்து மற்ற கிராமத்திற்கு கால் நடை பயணம் செய்வோர், களைப்பு, நீர் தாகம் ஆகியவைகளை அடக்கி நீண்ட தூரம் நடக்க பற்பாடகம் கிடைக்கும் இடமெல்லாம் போகும் வழியில் இதன் கதிர்களை உருவி வாயில் போட்டு மென்று தின்று பேசிக் கொண்டே போவார்கள். இப்பொழுது குடும்பத் தலைவர்களாகி பேரன் பேத்தி எடுத்த கிராமப் பெரியோர்கள் அந்தக் காலத்தில் சிறுவர்களாயிருந்தபோது குளம், கிணறு, ஆறுகளில் குதித்து நீச்சல் விளையாடியவர்கள் தான். இவர்கள் உடம்புக்கு தேய்க்க சோப்பு ஏது? இந்த பற்பாடகத்தைக்கொண்டு வந்து கல்மேல் வைத்து தேய்க்க குழகுழப்பாக சோப்பு நுரைபோல வரும். அதைத்தான் தலையிலும் உடம்பிலும் தேய்த்துக்கொண்டு குளிப்பார்கள் இதனால் உடம்பிலுள்ள அழுக்கு மட்டுமா போகின்றன. கற்றாழை நாற்றம் நீங்கி, கண்களுக்கு ஒளியை தந்து உடல் வெப்பத்தை தணிக்கும், உடல் ஆரோக்கியத்தையும் தரும். பித்தம் போக்கும், வர வர கிராமங்களில்கூட அந்நிய நாகரீகம் வாசனை அடிக்க ஆரம்பித்து விட்டது! ஆற்றங் கரைக்கு குளிக்கப்போகும் அம்பிப் பயல்கூட வாசனை சோப்பை அல்லவா எடுத்துபோகிறான்!

பற்பாடகத்தை பச்சையாக எடுத்து பசும்பால் விட்டரைத்து தினந்தோறும் தலைக்கு வைத்தும், உடம்பில் தேய்த்துக் குளித்துவர எப்போதும் ஒரே சூடாக இருக்கும் உடல் சூடு தணிந்து போகும். பித்த நோய்கள் போகும். இதே முறையை கண் பார்வை குறைந்தவர்கள் பச்சையாக தினந்தோறும் தின்று, எண்ணையிலும் காய்ச்சி தலையில் தடவிவர பகலில் நட்சத்திரம் தெரியும் என்று கிராமமக்கள் கூறுவர், பைத்திய ரோகம் விலகுவதாகவும் தெரிகிறது. அதாவது தினமும் இதை தவறாமல் தொடர்ந்து தலையில் தேய்த்து குளிக்கவைக்க வேண்டும் என்று கூறப்படுகிறது. கிராமங்களில் இதை பொப்படம், பப்படாம் என்று கொச்சை மொழியில் கூறுவதுமுண்டு. பற்பாடகத்தை பார்த்து பலன் அறிந்தவர்கள் பிறருக்கும் சொல்வது, தம் நாட்டை நோயற்ற நாடாக்கி சுபிட்சம் நிலவச் செய்யும் நற்பணியேயாகும்.

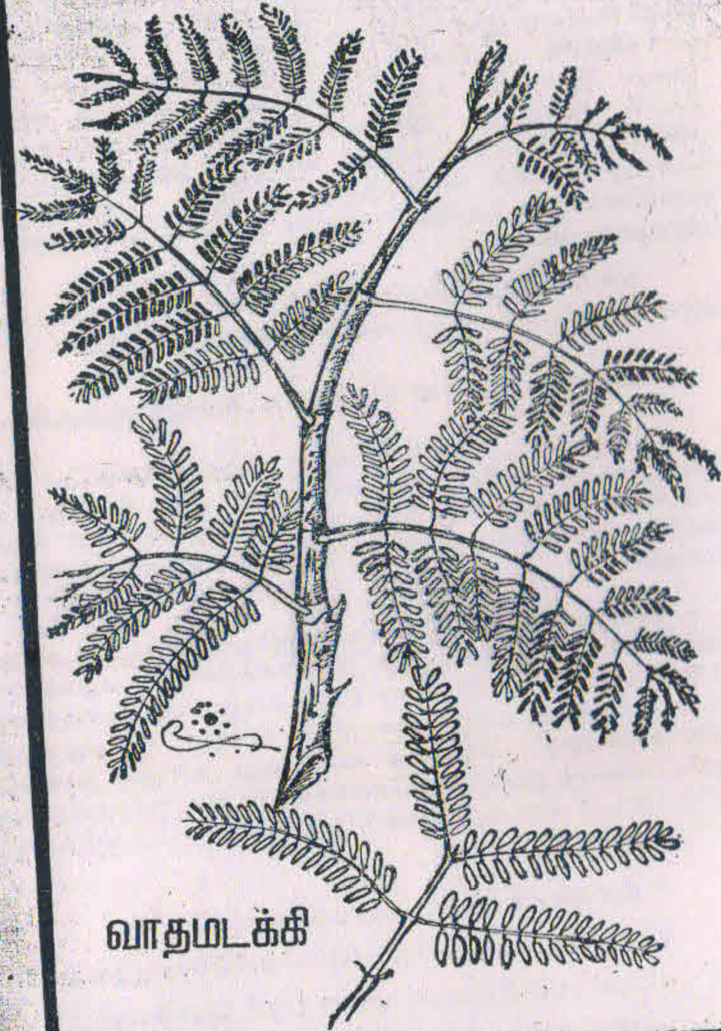


ஆதிநாராயணன்

[வாதமடக்கி]

இந்த ஆதி நாராயணரைப்பற்றியும் வாசக அன்பர்கள் தெரிந்துவைப்பது மிகவும் பயனுள்ள விஷயம். இவர் எங்கு இருப்பார். உருவம் எப்படி, சுபாவம் என்ன? என்றெல்லாம் கேட்கிறீர்களா? ஆதிநாராயணன். அனாதை ரக்ஷகன், ஆபத் பாந்தவன், ஆதிமூலம் என்று உச்சரிக்கும் பெயர்கள் யாவும் நல்ல சமயத்தில் உதவி செய்து காக்கும் அனாதி வஸ்துவைக் குறிக்கின்றபடியால், நமது முன்னோர்கள் இந்த மூலிகைக்கும் இப் பெயரை வைத்து விட்டார்கள் என்றே எண்ணத் தோன்றுகிறது. பொதுவாக இதை கிராம மக்கள் ஆதிநாராயண தழை, வாதநாராயணங்கீரை என்றுதான் வழக்கமாக கூறுவார்கள். முருங்கை மரம் போன்று இதுவும் மரமாகவே வளரும். கனமான கிளையை ஒடித்து எடுத்து முருங்கைப்போல வேறு இடத்தில் பயிராக்கிக் கொள்ளலாம். இந்த ஆதிநாராயணனுக்கு மருத்துவ அகராதிகளில் 'தழுதாழை' வாதமடக்கி என்ற பெயர்கள் உண்டு.

ஆதிநாராயண மரத்தை தெரிந்த ஒரு சிலர் இதையும் முருங்கையைப் போன்றே வீடுகள் தோறும் வளர்த்து வைப்பார்கள். தெரியாதவர்களுக்கு இம் மரத்தைப் பற்றி விளக்குவது கடினமான முயற்சிதான். ஆதிநாராயண இலை, கருஞ்செம்பை இலை இவைகளை ஒரு சிறிய கிளையாக ஒடித்து கையில் வைத்துக் கொண்டு இது என்ன மூலிகை? என்று கேட்டால் மூலிகைப் பழக்கமுடையவர்கள் கூட சிறிது நேரம் திகைக்க வேண்டியதுதான்! புளியன் இலைகள் போன்று இருக்கும் இலைகள். கருஞ்செம்பையா? ஆதிநாராயணனா? என்பதை பூ, காய்களைக் கொண்டுதான் சுலபமாக உணரலாம். இதுபோல் ஆடா


வாதமடக்கி

தொடை இலையுப் நுணா மரத்தின் இலையும் ஒன்றுபோல்
தோற்றமளித்து ஏமாற்றும். கேவலம் பகுத்தறிவற்ற தாவ
ரங்கள் தானே! என்று நாம் நினைப்பதுபோக ! "பகுத்
தறிவற்ற மனிதர்களே! நான் யாரென்று கண்டு பிடியுங்கள்"
என்று நம்மைப் பார்த்து சவால் விடுவதுபோல் அல்லவா
இருக்கிறது இந்த இலைகளின் ஒற்றுமை! என்னத்தான்
நாம் மூலிகை நிபுணர் என்று பெயர் வாங்கினாலும் கூட. இந்த
மாதிரியான சமயங்களில், ஹூம்!...... பொறு சொல்கிறேன்!...
தெரியும் ஆனால் நெஞ்சில் இருக்கிறது வாய்க்கு வரவில்லை!
என்று எதையாவது சொல்லி சமாளிக்கப் பார்க்கிறோம் அல்
லவா? எனவே இந்த ஆதிநாராயணனைப் பற்றி தெரிந்துக்
கொள்ள விரும்புவோர் அனைவரும் அக்கம் பக்கம் அனுபவப்பட்
டவர்களைக் கேட்டு நேரில் பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்!
சமயத்துக்கு உதவும்.

குணமும் பயனும்

பொதுவாக இதன் இலைகள் மலத்தை உடைத்து நீராக்கி
வெளித் தள்ளும். வாத நீர்களையும் வாய்வுக் காற்றையும்
குறைக்கும். பித்தத்தை உண்டாக்கும். சிலர் இதன் வேரையும்
எடுத்துப் பயன் படுத்துவார்கள். வீக்கங்களையும் கரைத்து
விடும். வலிகள், குத்தல் குடைச்சல் ஆகியவைகளைப்
போக்கும். வாத ரோகத்தை கண்டிக்கும் மூலிகைகள் சிலவே
என்பது 'சுப்பிரமணி' (சுக்கு) கட்டுரையைப் படித்த வாசகர்
களுக்கு தெரிந்த ஒன்று. அந்த சுப்பிரமணிக்குச் சமமானவர்
தான் இந்த ஆதிநாராயணர்! வாத ரோகங்களை எதிர்த்துப்
போராடுவதில் இவரு சமர்த்தர் எந்தவிதமான வாதம் உடலி
லிருந்து எழுந்தபோதும் அதை அடக்கி விடுவார் ஆகவே
இவருக்கு "வாதம் அடக்கி" என்ற பட்டப் பெயரும் உண்டா
யிற்று! மற்றும், அசதியும் பலஹீனத்தையும் போக்கி வாதத்
தால் தளர்ந்து போன தசை நார் நாடிகளையும் பலப்படுத்துவதில்
சிறப்புடையதாகும் குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் சீதள சுரம்,
கப மாந்த இழுப்பு, சன்னி முதலியவைகளில் ஆடாதொடையைப்
போலவும், சொறி சிரங்கு ஆகியவைகளில் குப்பை மேனி,
கருஞ்செம்பை போலவும் வேலை செய்யக் கூடியது.

உபயோக முறைகளில் சில

உணவுடன் சேர்த்துண்ண இதன் இலைகளை உருவி
வைத்துக்கொண்டு, ஒரு இரும்பு வாணலியில் நல்லெண்ணையை

தாராளமாக விட்டு உளுந்தம் பருப்பு, கடுகு கருவேப்பிலை,
இஞ்சி, கொத்துமல்லியையும் உலர்ந்த மிளகாயையும் கிள்ளிப்
போட்டு நிறைய வெள்ளைப் பூண்டையும் உரித்துப் போட்டு
சிவக்க வதங்கியவுடன் ஆதிநாராயண இலையை நீரில் அலசிப்
போட்டு அளவுடன் சிறிது உப்பு சேர்த்து பதமாக வதக்கி
பொறியல் செய்து வைத்துக்கொண்டு இளஞ் சூட்டுடன் உண்
ணும் சோற்றுடன் கலந்து உண்டு வரலாம். இதனால் மலம் நீராகி
உடைந்து இரண்டொரு தடவை பேதி ஆகி வாத நீர் யாவும்
கழியும். அத்துடன் வாத ரோகமும் உடலைவிட்டு நீங்க ஆரம்
பிக்கும். "இப்படி வாரம் இரண்டு முதல் மூன்று முறை செய்
துவர முன் பாராவில் குறிப்பிட்ட குணம் பயனும் உண்டாக்கி
நற்பயன் தரும்.

வாத ரோக எண்ணை

சுத்தமான பசுமையான ஆதிநாராயண இலையை இடித்து
பிழிந்த சாறு அரைபடி, கிற்றுமணக்கு நெய் அரைபடி,
இரண்டையும் நன்றாக கலந்து அதில், ஒரு திரிப்பூண்டு, 5 பலம்
சுக்கு, மிளகு திப்பிலி வகைக்கு 1 பலம், வெள்ளைக் கடுகு கால்
பலம் ஆக யாவும் அரைத்துப் போட்டு ஒன்றாய் கலந்து அடுப்
பில் வைத்து பதமாக காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.
பெரியோர்களுக்கு இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு காலையில் உள்
ளுக்கு கொடுக்க வாதரோக கீல்வாயு முடக்கு வாதம், நடுக்கு
வாதம், நரம்புத் தளர்ச்சி, கைகால் குடைச்சல் வலி. நரித்தலை
வாதம் என்று சொல்லப்படும் கை கால் முட்டிகள் வீங்கி நடமாட
முடியாமை, இடுப்பு வாய்வு முதலானவை நீங்கும். இதையே
வாரம் இரண்டொரு முறை சிறுவர்களுக்கும் குழந்தைகளுக்கும்
ஒன்று முதல் அரை தேக்கரண்டி வயதுக்கு தக்க அளவாக
கொடுத்துவர இளம்பிள்ளை வாதம் (போலியோமைலிடிஸ்)
என்று சொல்லப்படும் இடுப்பு கீழே கால் வழங்காமல் சோர்ந்து
நரம்பு சம்மந்தமான வாய்வு ரோகம் முதலிய ரோகம் வராமல்
தடுப்பதுடன் வந்த பின்பும் இதை பயன்படுத்த குணம் காணும்.
மேலும் மாந்த கணம், சீதள சுரம், இழுப்பு, சன்னி. அஜீரணம்
மலச்சிக்கல் முதலியவைகளும் விலகி நலம் பெறலாம் இதையே
மேக ரோக பிணிகளுக்கும் கொடுக்க குணமுண்டு.

நாட்டுப்புறங்களில் வாத ரோக முடையவர்கள் இதன்
இலையை இடித்துப் பிழிந்த சாறில் 1 அவுன்ஸ்வரை குடித்து

வருவது நமது நாட்டு வழக்கங்களில் ஒன்று. வாத, வீக்கம் குடைச்சல், வலி, இவைகள் குறைய இதன் சாற்றை உள்ளுக்கு குடிப்பதுடன் இலை நீருடன் கொதிக்க காயவைத்து பொறுக்கும் சூட்டில் வீக்கம், வலி கண்ட இடங்களில் ஊற்றி உருவி விட்டு வர யாவும் விலகும்.

இதன் இலையை குப்பை மேனி இலையைப் போலவே சிறிது மஞ்சள் சேர்த்தரைந்து சொறி, சிரங்குகளுக்கு தடவி வைத்து குளர்ந்த நீரில் குளித்துவர அவை மாறி உடல் அழகு பெறும்.

மேக ரோகத்தால் வரும் சகல நோய்களுக்கும் இதன் இலையை உலர்த்தி இடித்து பொடித் தூளாக்கி வைத்துக் கொண்டு தினம் இருவேளை கால் ரூபாய் அளவு வெந்நீருடன் சாப்பிட்டுவர மேக ரோக தொல்லைகள், வாய்வு முதலானவை நீங்கும். ஆனால் தொடர்ந்து தவறாமல் உட்கொள்வது அவசிய மாகும்.

மேல் பூச்சுத் தைலம்

ஆதிநாராயண இலை சாறு அரை படி, பொற்கொடி, குப்பை மேனி, கருப்பு வெற்றிலை, இவை ஒவ்வொன்றும் கால்படி வீதம் எடுத்து யாவும் ஒன்ருக கலந்து அதில் வேர்பின் நெய், சிற்ரு மணக்கு நெய், எள் நெய் வகைக்கு 15 பலம் ஆக யாவும் ஒன்ருய் கலக்கி, அதில் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், கருஞ் சீரகம், மஞ்சள் வகைக்கு அரை பலம் எடுத்து பசுவின் பாலில் அரைத்து, அதை கால்படி பசும் பாலில் கரைத்து, அதையும் ஒன்ருக கலந்து அடுப்பிலேற்றி காய்ச்சி சாறு சுண்டிய பாகமாகும் சமயம் ஒருவித நறுமணம் வரும் போது அதில் இருபத்தி ஒன்று (21) வெள்ளெருக்கன் பூவை நசுக்கிப்போட்டு ஒரு கொதி வந்ததும் இறக்கி வடிகட்டி வைத் துக்கொண்டு பக்க வாதம், பாரிச வாய்வு, நரம்பு இழுப்பு, முகத்து இசிவு, முக வாதம், கண் இமை, வாய் நாக்கு, உதடு இவைகளின் ஒரு பக்கத்தை பற்றி இழுத்து கோணலாகி விடும். இது போல் கால், கை விழுந்து சூம்பி சிறுத்துவிடல் போன் றவைகளுக்கும் மேல் பூச்சாகவே தடவி மெதுவாக பிடித்து விட நோய்கள் விலகும். இந்த தைலத்தையே 5 முதல் 10 துளி வரை உள்ளுக்கும் கொடுத்து பத்தியமுடனிருக்க வாத வேகம் யாவும் குணப்பட்டு போகும்.

வாத உடல்காரர்களுக்கு மலச்சிக்கல் நீங்க

இரண்டு கைப்பிடி அளவு ஆதிநாராயண இலையை உருவி எடுத்து இரவு அடிப்பில் கால்படி நீருடன் சட்டியில் போட்டுக் காய்ச்சி வற்ற வைத்து வடிகட்டிய கஷாயத்தில் ஒரு பாலாடை அளவு சிற்ருமணக்கு நெய் கலந்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் குடித்துவிட நான்கு தடவை நன்ருக பேதியாகி மலம் போவதுடன் வாத வாய்வு தொந்தரவுகளை வராமல் தடுக்க ஓர் உபாயம் இது.

சித்தமருத்துவத்தில் 80 விதமான வாத ரோகங்களையும் அதனதன் குணதிசயங்களையும் தெளிவாக விளக்கப்ப ட்டுள்ளது இந்த வாத ரோகங்களுக்கு சிகிச்சை முறையை சித்தர்கள் குறிப்பிடும்போது மக்கள் எளிதாகவே பயன்படுத்தி குணமாகட்டும் என்பதை

" சேர்ந்த சொறி சிரங்கும் சேர்தவாம் என்பதும் போம்
ஆர்ந்தெழுமாம் பித்தம் அதிகரித்த - மாந்தமறும்
ஐய்யின் சுரந்தணியும் ஆன தழுதாழைக்கே
மெய்யின் கடுப்பும் போம் விள் "

என்ற குரு முனிவருடைய பாடல் விளக்குகின்றது.

ஆதிநாராயண இலையை பித்த தேகமுடையவர்களும் பேதியாகும் நோயாளிகளுக்கும், குடல் பலஹீனமாகி அடிக்கடி வெளிக்கு பேவோர்களும் நாள்பட்ட கிராணி பேதியுடையவர் களும் உபயோகப்படுத்துவது கூடாது.

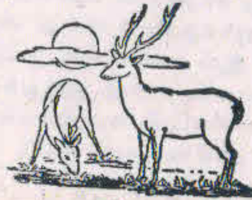
இதன் வேரை 1 பலம் அளவு பச்சையாக அரைத்து எருமை தயிரில் கலக்கி கொடுக்க வயிற்றைக் கடுத்து போகும் ரத்த சீதபேதி உடனே நிற்கும்.

டாக்டர் ஆர். என். கோரே என்ற ஆங்கில மருத்துவர் ஆதிநாராயணனை ஆய்ந்து, இம் மூலிகை மலச்சிக்கல் உள்ளவர் களுக்கும், மலேரியா சுரம் கண்டவர்களுக்கும், இழுப்பு சன்னி வரும் நாட்பட்ட நோயாளிகளுக்கும் கொடுத்து நல்ல குணம் கண்டதாக எழுதியுள்ளார். இதன் இலைச் சாற்றை சிறு குழந்தைகளுக்கும் பெரியோர்களுக்கும் அளவாக கொடுக்க மலப்புழுக்கள், திமிர்ப் பூச்சிகள் என்ற நான்கு பூச்சிகள் விழும்!

ஹோமியோபதியில் இதற்கு "கிளிரோடன்ரன்" என்று பெயர். இவ்வைத்திய முறையில் கடினமா. ிட்ட வாத வீக்கங்களுக்கு குறைந்த வீரியத்தில் கொ நால பலன் உள்ளது. மேலும் இது இப்பிகாக், பல்ஸ ல்லா என்ற மருந்துகளை போன்றே குணங்களையுடையதாய் வேலை செய்கிறது.

"முதலை வாயில் சிக்கிக்கொண்ட "ஆதிமூலமே" என்று கூவியழைத்த கஜேந்திரனுக்கு, ஆதிநாராயணன் கருட வாகனத்தில் தம்பதி சமேதராய் காட்சி தந்து முதலையை வதைத்து மீட்டதாக புராண வரலாறு. ஆனால் நாம் கண்கண்ட மூலிகை "ஆதிநாராயணனை' நம்பினால் வாத ரோகம் என்னும் முதலை வாயில் அகப்பட்டு வேதனைபடுவோர் அனைவருக்கும் ஆரோக்கியம் என்ற மோட்சம் கிடைக்கும் என்பதில் ஐயமே இல்லை".

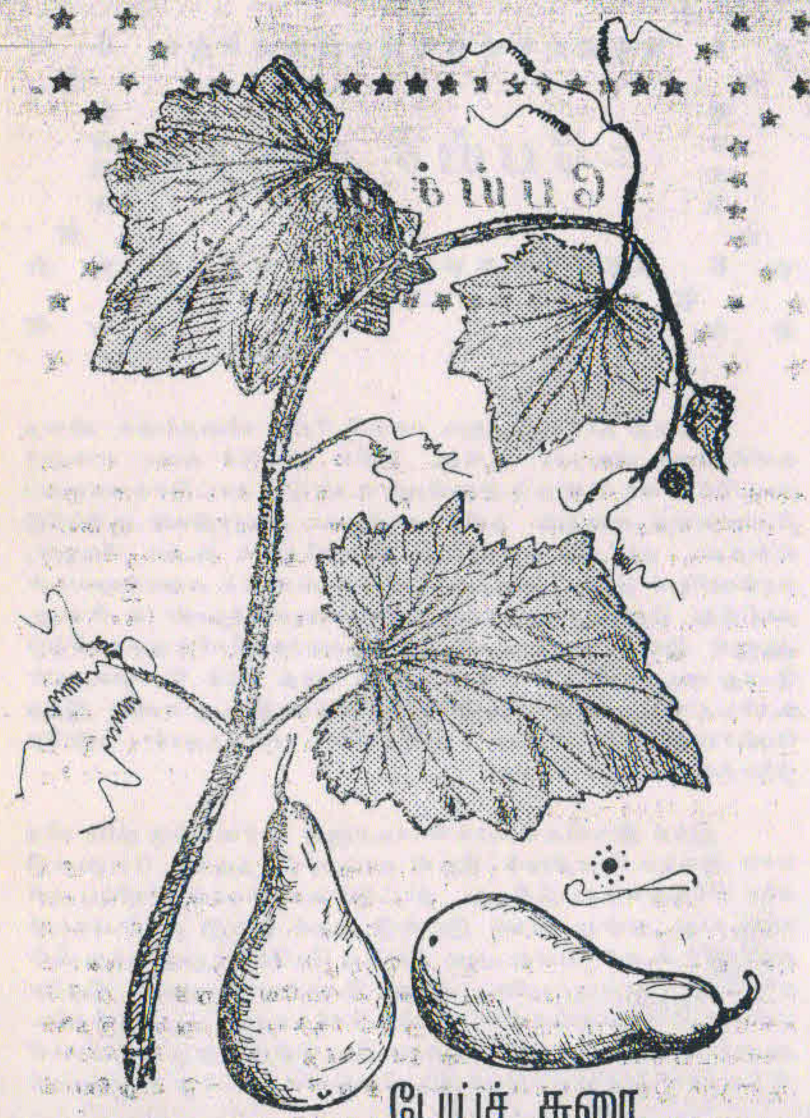
= ★ =





நமது நாட்டில் ஆடி மாதம் தேடி விதைக்கும் விதைகளில் சுரை விதையும் ஒன்று. இதில் நாட்டுச் சுரை என்றும் காட்டுச் சுரை என்றும் இருவிதம் உண்டு. காட்டுச்சுரையைப் பேய்ச்சுரை என்றும் தமிழ் மருத்துவ அகராதிகள் குறிப்பிடுகின்றன. நாட்டுச் சுரையை கிராமங்களில் கூரை மேலும், மரங்களிலும் கொடி படர்ந்து பெரிய காய்களாக சுரைக்காய்கள் காய்த்து தொங்குவது காண இனிமையாகத்தான் உள்ளது. ஆனால் இதை உணவுடன் பதர்த்தமாக சேர்த்து சாப்பிடும் போது டைபாயிட் போன்ற சன்னி பாத சுரக் கோளாறுகள் உண்டாகும். நல்ல சுரையின் குணமே இப்படி எனில் இந்த பேய்ச்சுரையை எதற்கு இறைவன் படைத்தார் என்றே நினைக்கத் தோன்றுகிறது,

இந்த இருவித சுரைக் கொடிகளும் பார்வைக்கு ஒரே விதமாக இருந்த போதிலும் இதன் காய்தான் நமக்கு வேறுபாடுகளை பிரித்துக் காட்டுகிறது. நாட்டுச் சுரைக்காய் இனிப்பு ருசியுடையது. ஒன்று முதல் இரண்டு முழம் நீண்டு தடிப்பாகவும் தண்ணீர் கூஜா போல அடி கனத்து மேலே குறுகி வந்து பின் தலைமேல் காம்பு முனை சற்று பெருத்து காணும். இதனை பண்டைய கால மக்கள் உணவில் சேர்த்ததாக தெரியவில்லை. ஆனாலும் இதன் காயை முற்றவைத்து பின்னர் ஓடு உறுதியாகி விடுவதால் அதனுள் இருக்கும் விதைகளை நீக்கி ஒரு பாத்திரம்



பேய்ச் சுரை

போல் செய்து உபயோகப் படுத்தினர்கள். இந்த சுரை குடுக்கை பாத்திரம் அதிக கனம் இன்றி லேசாக இருந்தபடியால், மரத்தில் இருந்து கள் இறக்கும் பொருட்டு இதனை இடுப்பில் கட்டிக் கொண்டு மரங்கள் மீதேறி கள் இறக்குவது நம் நாட்டு வழக்கம். இதனாலேயே நாட்டுச் சுரையை முன்பு அதிகமாக வளர்த் தனர்.

காட்டுச் சுரை என்ற பேய்ச்சுரை மிகவும் கைப்பு ருசியை உடையது. எனவே இதனை பொதுவாக எல்லோரும் வளர்ப்ப தில்லை. பரம்பரையாக வந்த ஒரு சில தமிழ் வைத்தியர்களும், மலை நாட்டில் வாழும் பாம்பு பிடார இனத்தை சேர்ந்தவர்களும் வளர்ப்பார்கள். இது காடுகளில் தன்னிச்சையாகவும் வளருவ தால் காட்டுச் சுரை என்று பெயர் கொண்டது. பேய்ச்சுரைக் காய், ஒரு உரித்த முழு தேங்காய் அளவுக்குமேல் வளர்வதில்லை. தேங்காய்களுக்கு குடுமி உள்ளதுபோல காம்புக் கருகில் சற்று தலைபோல் பெருத்து இருக்கும்.

உபயோகமும் குணமும்

பேய்ச் சுரையின் இலை, காய், வேர் எதைத் தின்றாலும், உடனே காலரா கண்டவர்கள்போல வாந்தியும், பேதியும் ஆகும். எனவே இது சாதாரண நோய்களில் பயன் படுத்துவது வழக்கில் இல்லை. அசாத்தியம் என்று கருதப்பட்ட சில நோய் களிலும், பாம்பு கடி, ஜல மண்டலம், நட்டுவாய்காலி போன்ற கொடிய விஷங்களையுடைய விஷ ஜந்துக்கள் கடித்த போதும். நாட்பட்ட காசம், சளிக்கட்டு, கப இருமல், வெளி மூலம் ஆகிய நோய்களுக்கு பலன் தரக்கூடியது. காய், இலை, கொடிகளை விட இதன் வேருக்குத்தான் மிகுந்த வன்மை உண்டு. இதனை

" கடு வேறு பேய்ச் சுரைவேர் கண்டலரவின்
கடு வேரு துண்மை முககாலு,ம—கொடுவிடமு
மீளையிருமலும் விட்டேகும் உண்டால் .... !

என சித்தர் பாட்லால் அறியலாம்.

நம் நாட்டில் ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் குடுமி என்ற பாம் பாட்டும் இனத்தவர்களை நம் முன்னோர்கள் குடியிருக்கச் செய்து அவர்களுக்கு மிராசு, மேறை என்று அறுவடை காலத்தில் பங்கு கொடுத்து ஆதரித்து வந்தனர். அவர்களும் பிரதி உபகாரமாக விஷ கடி மூலிகைகளை தேடி வளர்த்து கிராம மக்களுக்கு விஷ

கடி ஆபத்து காலத்தில், " விஷங்களை நீக்கி பாதுகாத்து வந்தனர். இன்றும் இம் மாதிரி பல கிராமங்கள் இருக்கத்தான் செய்கின்றன. சீறிப் பாய்ந்து படமெடுத்தாடும் அரவங்களை எல்லாம் இந்த குடுமிகள் அடக்கி விடுவார்கள். இவர்களின் இந்த அழியாத கலை பரம்பரை பரம்பரையாக வளர வேண்டும் என்று நினைத்த அந்த காலத்து பிரிட்டிஷ் ஆட்சி ஆங்கிலேயர் பாம்பாட்டிகளுக்கும் மிகுந்த மதிப்பு கொடுத்து வந்தார்கள். காட்டில் இருந்து மூலிகைகளை நாட்டு மக்களுக்கு கொண்டு வந்து விற்கும் குருவிககார இனத்தவருக்கும அன்னிய ஆட்சியில் மிகுந்த மதிப்பு இருந்தது. இவர்களுக்கெல்லாம் பரம்பரை வழி மருத்துவ நிபுணர் ". ஆர். ஐ எம். பி. என்ற பட்டத்தையும் கொடுத்து இருக்கிறார்கள்! சில குருவிக்காரர்களிடம் இன்றும் இந்த விருதுகள் காணக்கிடக்கின்றன!

ஆனால இன்று நிலை வேறு. ஆங்கிலேயன போனாலும் ஆங்கில மருந்துகள் நம்மை விடாமல [ஊசி, மாத்திரை] வாட்டி வதைக் கின்றன. தறபோது தேள்கடி விஷத்தை இறக்க ஊசி போடப் படுகிறது. வேதனையோடு வேதனைதானே?

கடுமையான விஷத்தைக் கக்கும் எந்தவித பாம்புகடி களுக்கும் ஏற்றது பேயச்சுரை வேர். பாம்பாட்டிகளுக்குத்தான் இதன் மகிமை நன்கு தெரியும். இதன் வேரை எடுத்து இரு கொட்டை பாக்களவு உள்ளுக்கு கொடுத்து கடிவாயில் இதன் இலையை அறைத்து கட்டிவிட மூச்சடங்கி ஒடுங்கிய உயிர் மீண்டும் திரும்பும். விஷமெல்லாம வாந்தியும் பேதியுமாகி வெளிப்பட்டுப் போகும். வாழைத் தோட்டத்திலுள்ள நாகம் கடித்தால் பிழைப்பதரிது என கூறுவார்கள். இந்த விஷத்தை யும் பேய்ச்சுரை வேர் முறித்துவிடும்; கடியுண்ட நபர் விரைவில் மயக்கமுற்றால், இதன் வேர் இலைகளை இடித்து சாறு பிழிந்து அந்த அளவு தும்பை சாறும் கலந்து மூர்ச்சையானவருடைய மூக்கில் மாட்டு ஊதிவிட நினைவுவரும். பிறகு வேரை அரைத்து உள்ளுக்கு கொடுக்கலாம். பின் தும்பைக் கட்டுரையில் குறிப் பிட்டப்படி பாமபு கடித்தவரை பத்திய உணவில் வைத்தல் அவசியம் பாம்பு கடிகளுக்கு அனேக மூலிகைகள் இருந்த போதும், தும்பையும, பேய்ச் சுரையும் சப்தவேகம், சமர்வேகம் என்று சொல்லப்படும் கடும் விஷங்களுக்கும் சிறப்பான மூலிகைகள்.

பேய்ச்சுரை இலையையும், அதிமதுரத்தையும் சமமாக எடுத்து உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு

இரண்டு அரிசி எடை தேனில் குழைத்துண்ண மார்பில் இறுகிய சளி இளகி வெளியாகும். அத்துடன் இருமல், காசம், மார்பு நோய்களும் குணமாகும்.

வெளி மூலம் தள்ளி வெகு கஷ்டப்படுவர்கள் பேய்ச்சுரை இலையை சிற்றுமணக்கு நெய் விட்டு வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் ஆசன வாயில் வைத்து கட்டிவர பூச்சிகளும் தொலைந்து அரிப்பு தினவு அடங்கி வெளிமூலம் கட்டுப்படும்.

பேய்ச்சுரை வேரில் சப்தவேக விஷங்களும் அடங்குவது போல் பேய்ச்சுரைக்காயை உலர்த்தி எடுத்து சுத்தம் செய்து அதை மகுடி வாத்தியமாக செய்து வாசிக்கின்றனர். பாம் பாட்டிகள், மகுடியின் இனிமையான நாதம், கட்டுக்கடங் காத நாகங்களும் மகுடியின் நாதத்தால் மயங்கிப்போகும்! வாசகர்களே! மருதோன்றி காயில் ஸ்ரீதேவியும், அதன் பூவில் மூதேவியும, குடியிருப்பதுபோல் அல்லவா இருக் கிறது இந்த பேயச் சுரைகாயும். வேரும் குணங்கள். என்னே இறைவனின் திருவிளையாடல் கண்ணையே செவியாகக்கொ ண்டு ஆடும் அரவத்தை மயக்கும் இந்த மகுடி ஓட்டை சுட்டு கரியாக்கி தினம் இரண்டு வேளை தேனில் 4 அரிசி எடை கலந்து கொடுத்துவர மாலைக்கண் என்ற கண் கோளாறுகள் நீங்கும்.

நம் நாட்டு பதினெண் சித்தர் வழி வந்தவரும் பத்தாம் நூற்றுண்டு காலத்தில் வாழ்ந்தவரென கூறும் பாம்பாட்டி சித்தர் என்பவரால்—விஷ மருத்துவ சிகிச்சையும், பாம்பை இசையால் மயக்கி வசமாக்கும் மகுடிப் பண் இசைக் கலையும் உண்டாயின என்பது வரலாற்று நூல்களில் காணக்கிடக்கிறது. இவர் விஷ மருத்துவ நிபுணர் 'மட்டுமல்ல நாட்டு மக்களுக்கு இறை பற்றும் நன் நெறியும் புகுத்தி பல நல்ல கருத்துக்களைப் பாடி தந்துள் ளார். விஷ முறிவு மூலிகைகளும, விஷ பாம்பின் வகைகள் அதன் குணங்களைப்பற்றி பற் பல நூல் எழுதியுள்ளார். அதில் இந்தப் பேய்ச் சுரையும் ஒன்று! இவர் நூல்களில் அனேகம் தலைமுறைகள் ஓலைச் சுவடிகள் ஆற்றோடும், தீயோடும் கலந்து போனது நம் நாடு செய்த ஓர் துர்பாக்கியமேயாகும்!

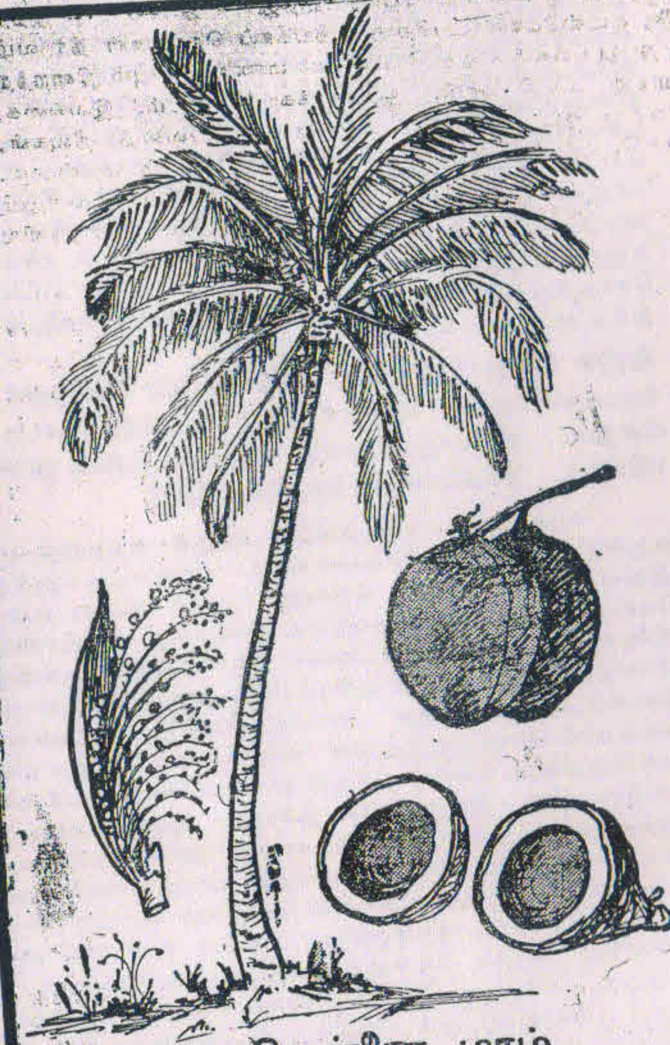


பூலோக கற்பக விருட்சம்.

★ = ★

தேவலோகத்திலிருந்த கற்பக விருட்சம் பூலோகத்திற்கு எப்போது யாரால் கொண்டு வரப்பட்டது என்றெல்லாம் கேட்டு விடாதீர்கள்! கேட்பதை கொடுக்கும் என்று சொல்லப்படுகிற காமதேனு. ஐராவதம், கற்பக விருட்சம் ஆகியவைகளை நாம் காண முடியாவிட்டாலும், நமது புராண கதைகளில் இவைகளின் அதிசய குணங்கள் விரிவாக கூறப்படுகின்றன பூலோக கற்பக விருட்சமும் இவைகளுக்கு சமமானதாகவே இருத்தல் வேண்டும்! இல்லையெனில் சித்தர்கள் இந்த பெயரை இதற்கு வைத்து இருக்கமாட்டார்கள். தென்ன மரம் என்ற பெயர் எப்படி வந்தது? தென் அக மரம், தென்ன மரமாக மருவி விட்டது! இது மணற்பாங்கான இடமாகவும் உஷ்ண மண்டல பிரதேசங்களாகவும் நீர் நிறைந்த இடங்களில்தான் உற்பத்தியாகி வளரும். இந்தியாவின் வட பாகத்தில் இந்த தென்னக மரம் மருந்துக்கு கூட வளர்வதில்லையே!

முதன் முதலாக தென்னமரம் தோன்றியது தென் பாகமாகிய குமரிக் கண்டம் என்ற பெரு நிலம் ஆகும். தற்போது இருக்கும் குமரி முனை வேறு. குமரிக்கண்டம் வேறு. இந்து மகா சமுத்திரம் இருக்குமிடத்தில் இந்த குமரிக் கண்டம், இருந்ததாகவும், சுமார் கி. மு- 5000 ஆண்டுகளுக்கு முன் கடற்கோள் நிகழ்ந்து இக் கண்டம் மூழ்கியதாகவும் புவியல் நூல்கள் கூறுகின்றன. இக் குமரிக் கண்டத்திலே தென் மதுரை நாடு. பாலை நாடு குன்ற நாடு, குணவரை நாடு, குரும்பனை நாடு ஒளி நாடு, வானரநாடு "மதங்க நாடு" என்பன போன்ற 49 நாடுகள் இருந்தன. தென்னை மரங்கள் உற்பத்தியான காரணத்தால் தெங்கநாடுஎனவும் குரங்கினங்கள் பல்கி பெருகியதின் காரணத்



தென்னை மரம்

தால் வானர நாடு எனவும் பெயர் வந்துள்ளது. பின்பு இந்த இடங்களை கடல்கொண்ட பிறகு, தேங்காய் நெற்றுகள் நீர் வழி மிதந்து, நாலு பக்கம் சிதறி வெப்பமும் மணற் பரப்பும் நிறைந்த இடங்களான நிருதி நாடு, ஆப்பிரிக்கா கண்டம், இலங்கை, தென்னிந்திய கடலோரங்கள். அந்தமான் பவளத் தீவுகள், மலாய் நாடு, அதனைச் சார்ந்த சிறு தீவுகள் கேரளம் முதல் வட வேங்கடம் வரை உள்ள நாடுகளிலும் நதிக்கரையோரங்களிலும் பரவி உற்பத்தியாயிற்று என்பதை வரலாற்று சான்றுகளில் காணலாம்.

பூலோக கற்பக விருட்சத்தைப் பற்றி தென்னக வாசிகளாகிய நம் நாட்டவர்களுக்கு இதன் உருவ அமைப்பு இப்படித்தான் இருக்கும் என்று விளக்கவேண்டிய அவசியமே இல்லை. தென்னகச் சோலையைப் பற்றி பல கவிஞர்கள் பாடியுள்ளனர். இயற்கை காட்சிகளை வரையும் அற்புத ஓவியர்கள் ஒரு தென்ன மரத்தையாவது தீட்டாவிடில் அவர்களின் மனம் நிறைவு பெறுது! சோலைவன அரசன் தென்ன மரம் பாலைவன அரசன் ஈச்ச மரம்! பெயரில் எவ்வளவு பொருத்தம் பாருங்கள்! ஈசானிய திசையில் வளர்வதால் ஈச்சக மரம் என்ற காரணப் பெயர்கள் வந்தன என்றும் ஒரு சாரர் கூறுகின்றனர். அஃது எப்படி இருந்த போதிலும் நீர் வளமும் மணற்பாங்கும் நிறைந்த இடங்களில் தான் தென்ன மரங்களைக் காணலாம். தென்ன மரத்தின் மருத்துவப் பயன்கள் அநேகம் உண்டு. அவைகளை குறிப்பிடுமுன் தென்ன மரத்தின் பழங்கால பெருமைகளை எடுத்து இயம்புவதும் ஒரு முக்கிய கடமையாகும். சோலை வளமாக திகழ்ந்த தென்ன மர தோப்புகள் இன்று ஏன் என்று கேட்பாரற்ற நிலையில் இறைவா நான் ஓர் அனாதையானேன் என்று கதறுவது போல் காட்சி அளிக்கிறது. இது பொய் என்பவர்கள் தென்னந் தோப்புகள் உள்ள இடங்களில் போய் பார்க்கட்டும், பின்பு அவர்கள் இதயத்தை தொட்டு சொல்லட்டும்!

தென்ன மரத்தைப் பற்றிய சில குறிப்பெடுக்க ஒரு கிராமத்திற்கு செல்ல நேரிட்டது. ஒரு வயதான பெரியவர் தனிமையாக அந்த தோப்பில் ஒரு தடியுடன் நின்றுக் கொண்டிருந்தார். அவரை அணுகி வந்த விஷயத்தைப் பற்றி ஒரு சில கேள்விகள் கேட்டபோது, அவர் "தாலி அறுத்தவள் அழகைப்பற்றி சொல்ல என்ன இருக்கிறது? மொட்டையடித்து முக்காடிட்டு மூலையில் உட்கார்ந்த விதவையின் பெருமையை சொல்வது போலத்தான்!

தற்போது தென்னம் பிள்ளையின் பெருமையும்" என்றார். இவர் சொன்ன பொருள் நிறைந்த கருத்து முற்றிலும் உண்மைதான் என்பதை பின் வரும் விஷயங்களால் அறியலாம்.

கிராமத்தில் உள்ளவர்கள் தென்ன மரத்தை பெரும்பாலும் தென்னம் பிள்ளை என்றுதான் சொலவார்கள். பெற்ற பிள்ளைகளை விட தென்னம் பிள்ளைகளைத்தான் போற்றி வளர்த்தார்கள். இதை யொட்டியே "பெற்ற பிள்ளை கஞ்சி வார்க்கவில்லை, ஆனாலும் இந்த நட்ட பிள்ளை தான் காப்பாற்றுகிறது" என்று தென்ன மரத்தைக் காட்டி பெருமையுடன் சொல்லிக் கொள்வார்கள். அவ்வளவு அன்பு தென்ன மரத்தின் பேரில்! ஆனால் இன்று கேட்டபோது என்ன சொன்னார்கள் தெரியுமா? "பெற்ற பிள்ளை தான் பொய் என்றால் இந்த நட்ட பிள்ளையும் பொய்யாகி விட்டதே!" என்று ஆயாசப்பட்டுக் கொள்கின்றனர்.

தற்காலம் வளம் குன்றி இதன் ஓலைகள், மட்டை யாவும் பழுத்த நிறத்துடன் காணும். தென்னந் தோப்பு மதுவிலக்கு அமுலாகாத காலத்தில் பசுமை நிறமாகவும், செழித்தும் பருத்தும் காணப்பட்டது. எந்த ஒரு பொருளும் கையாண்டு வந்தால் தான் அது பளபள வென்று ஒளி வீசும்! வீட்டைக்கூட இரண்டு நாள் துப்புறவு செய்யாமல் விடுங்கள், பாழடைந்து போகும் அல்லவா? "கை பட்டால் தான் கண்ணாடி" இப் பழமொழி உலகியல் அனைத்துக்கும் பொருந்தும். தினமும் கணவனை தொழும் மனைவி முகத்தைப் பாருங்கள். அது போல கணவனை வெறுத்த வாழாவெட்டி முகத்தைக் காணுங்கள்! மாறுதல்கள் உடனே தெரியும். தென்ன மரத்தை அந்தப் பெரியவர் விதவைக்கு ஒப்பிட்டு பேசியது உண்மையே. தென்ன மரத்திற்கு கணவன் உண்டு, வாசகர்களே! தென்ன மரக் கணவன் யார் என்று உங்களுக்குத் தெரியுமா? நாள் தோறும் மரமேறி, கள் இறக்கும் தொழிலாளிதான் தென்ன மரக் கணவன். கள் இறக்கும் காலங்களிலே கிராமம் எங்கும் விடியற்காலையில் பல தொழில் செய்பவர்களும் சுறுசுறுப்புடன் வேலை தொடங்குவார்கள்.

தென்னந் தோப்பெல்லாம் ஒரே ஆரவாரம்! சலசலப்பு!! மரம் ஏறும் தொழிலாளர்கள் தம் இடுப்பில் சிகப்பு அரைக் கச்சும் அதன் மேல் தென்னம் பாளையைக் கொண்டு செய்த அழகிய பெட்டி கட்டிக்கொண்டு தலையில் முண்டாசு கட்டி உடன் சுரைக் குடுக்கையும் மாட்டி தொங்க விட்டுக்கொண்டு தலைப்புக் கயிறு என்பதை குதிக்காலில் கோர்த்து, இரு கைகளை

யும் மாறி மாறி மரத்தை நெட்டுக்குத்தாக தாங்கி பிடித்து 'சடக் சடக்' என்ற ஓசையுடன் ஏறும் காட்சியும், சரேலென இறங்கும் காட்சியும் பார்க்க வேடிக்கையாகத்தான் இருக்கும். இவர்களுடன் அணில், குயில், கிளி புள்ளினங்களும் கலந்துகொண்டு 'கிரீச் கிரீச்' சென்று சப்தமிட்டு வரவேற்று அளவளாவும் காட்சி பார்ப்போர் மனதை கொள்ளை கொள்ளும். தினமும் மரத்தில் ஏறி மட்டைகளை மிதித்து தாழ்த்தி பன்னாடைகள் என்னும் தார்களை தளர்த்திவிட குருத்து நன்றாக வளரும். பாளைகளை தேர்ந்தெடுத்து தினமும் தட்டி கள் இறங்கின பாளைகளை துப்பரவு செய்து விட்டு கலயத்தை மாட்டி விட்டு இறங்குவார்கள். நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு தொழிலாளி 20 முதல் 40 மரம் வரையில் ஏறி இறங்குவதால் மனிதன் கைபட்ட மரம் செழித்தோங்கி வளர்ந்தது. ஆண்டு ஒன்றுக்கு ஒரு தென்ன மரம் 450 முதல் 600 தேங்காய்களையும் 30 முதல் 60 காலன் கள்ளும் கொடுத்து வந்துள்ளன. இன்று அஃத மரம் 300 காய்கள் தர மறுத்து விட்டது!

மேல் கண்ட விபரங்கள் யாவும் கிராம மக்களின் புள்ளி விபரங்களால் கேட்டு அறியப்பட்டவைகளாகும்.

மரத்தில் இருந்து கள் இறக்கும் முறையால் தென்ன மரங்களுக்கு இயற்கையாகவே பூமியிலிருந்து நீரை அதிகமாக உறிஞ்சும் சக்தி உண்டாகி விடுகிறது. ஒரு மரத்தை ஆறு மாதம்தான் பாளை கட்டி கள் இறக்குவார்கள். பின் ஆறு மாதம் விட்டு விட்டால் மள மளவென்று காய்த்து குலை குலையாக பெருத்துவிடும். தேங்காயும் ஊட்டமுடனிருக்கும்.

தென்ன மரத்தின் அடிவேர் முதல் நடு மரம் குருத்து ஓலை மட்டை, பன்னாடை, மது, பாளை, பூ, காய், ஓடு, ஈர்க்கு ஆகியவைகளில் ஒன்று கூட உபயோகமற்றவை என்று தள்ளி விட முடியாது. மனித சமுதாயத்தின் பழங்கால மக்களுக்கு வாழ்க்கையில் பலவிதங்களிலும் இம்மரம் உதவியுள்ளது. மனிதன் தேவைகளை எல்லாம் இது அளித்த காரணத்தை யொட்டிதான், இதற்கு பூலோக கற்பக விருட்சம் என்ற பெயர் ஆயிற்று!

மருத்துவ பயன்களும் குணாதிசயமும்

தென்ன மரத்தின் ஒவ்வொரு உறுப்பும் ஒரு குணத்தை

உடையதாலும் பொதுவாக இது வெப்பத்தைக் கொண்டு வளருவதால் உடல் சூட்டைத் தணிக்கும் குணமுடையதாகும்.

மரத்தின் அடி வேர்

இது உஷ்ண வாயுவை கண்டிக்கும். வேரை சிறு துண்டுகளாக செய்து ஒரு கை பிடி அளவு எடுத்து இரண்டு குவளை நீர் விட்டு ஒரு குவளையாகும் வரை சுண்டக் காய்ச்சி தினம் இரண்டு வேளை குடித்துவர அடி வயிறு சம்மந்தமான வாய்வு, உஷ்ணம், அடி வயிறு நோய், மகோதரம் நீர் பாண்டு ஆகியவைகள் குணமாகும். இதன் வேர் 1 பலம், அசோக மரப்பட்டை 1 பலம் ஆக இரண்டும் நறுக்கிப் போட்டு முன் சொல்லியபடி குடிநீர் காய்ச்சி தினம் இரண்டொரு வேளை குடித்துவர பெண்கள் கருப்பாசய வலி, கருப்பையைப் பற்றிய ரோகங்கள் யாவும் நீங்கி கருப்பை துப்புறவு ஆகும். உஷ்ணம் நீங்கும், உடல் சூடு தணியும்.

தென்னம் பூ

தென்னம் பூ சித்தர் மருத்துவ முறையில் சிறப்பாக பயன் படுத்தப்படுகிறது. (1) வெண் பூசனி நெய், (2) கரிசாலை லேகியம், (3) வெண் பூசனி லேகியம் ஆகிய முறைகளில் தென்னம் பூவின் சாறு முக்கிய பொருளாக சேர்க்கப்படுகிறது. தமது அரசினர் நடத்தும் ஒரே நாட்டு மருத்துவ மனை வெகு நாட்களாக "லண்டன் தோட்ட ஆஸ்பத்திரி" என்ற பெயரில் சென்னை கீழ்பாக்கத்தில் நடந்து வருகிறது. இதில் தீராத பல நோய்களை எல்லாம் தமிழ் மருந்துகள் மூலம் இலவசமாக தீர்த்து வைக்கிறார்கள். இந்த பூவைக் கொண்டு கரிசாலை லேகியம், வெண் பூசனி லேகியம் தயாரிக்கிறார்கள். இதனால் ரத்தசோகை, பித்த பாண்டு மயக்கம், கிராணி, வாந்தி, உட் காய்ச்சல், பசி யின்மை, காமாலை, எலும்புருக்கி, பிரமேகம், வெள்ளை, நீர் சுருக்கு முதலான நோய்கள் இந்த தென்னம் பூ கலந்து செய்த மருந்துகளால் குணமாகும்.

தென்னம் மது

மதுவை தென்னம் பாளையில் இருந்துதான் இறக்குவார்கள். மதுவின் குணம் வேறு, கள்ளின் குணம் வேறு. மரத்தில் இருந்து இறக்கிய மது நான்கு மணி நேரம் கழித்த பின் கள்ளாக

புளித்து போகிறது. மது என்ருல் தேன் என்றும் பொருள். தேனீக்கள் மலர்கள் தோறும் சென்று மதுவைக் கொண்டுவந்து சேகரிக்கிறது மரமேறும் தொழிலாளியும் பல மரங்கள் ஏறிதான் மதுவை சேகரிப்பார்கள். தேன் மருத்துவத்தில் எவ்வளவு இன்றியமையாத பொருளோ, அது போல தென்ன மதுவும் இன்றியமையாத துணை மருந்தாக விளங்கி வந்தது. ஒரே தென்ன மரத்து மதுவை புதியதாக 40 நாளைக்கு காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடுவாராஞல் இனந்தெரியாத, பெயர் தெரியாத நோய்கள் யாவும் தீர்ந்து உடல் பலப்பட்டுப் போகும்.

தெங்கின் மதுவருந்த தீயும் தணலழியும்
தங்கி யிடர்கொடுக்கும் தணியா அரிப்புகளும் - தங்குமோ?
இங்கிதமாய் இன் மொழிகள் பேசிவிடும் பைங்கிளியே
வங்குடனே பரவும் படர்தாமரைச் சிரங்கு போம்.

– (ஓலைச்சுவடி)

உடல் சூட்டைத் தணிக்கப் பசும்பால் சாப்பிடுவார்கள். இது போல கடும் உழைப்பாளிகளின் சூட்டை எல்லாம் தென்ன மது தணித்துவிடும். சொறி சிறங்குகள் யாவும் நீங்கும். இதஞலேயே தென்ன மதுவுக்கு "ஆகாசப் பால்" என்ற பெயரும் உண்டானது. பசுவின் மடிக்காம்பில் இருந்து சுரப்பது பசும்பால். தென்னம் பிள்ளையின் பாளையில் இருந்து சுரப்பது ஆகாசப் பால். சூட்டைத் தணிப்பதில் இரண்டின் குணமும் ஒன்றே! கெட்ட பசும்பால் உடலுக்கு கெடுதலைத் தருவது போல், ஆகாசப்பால் "புளித்த கள்ளாக" மாறிவிட்டால் மயக்கமும், போதையும் உடலுக்கு பல பிணிகளையும் உண்டாக்கும். உடலில் சோறி, நமைச்சல் உண்டான நோயாளிக்கு தற்கால நவீன மருத்துவர்கள் வைட்டமின் "சி" மாத்திரைகளை விழுங்கச் சொல்வார்கள். ஐம்பது வைட்டமின் "சி" மாத்திரைகள் ஒரு சுவளை தென்ன மதுவில் உள்ளது என்ருல் ஆச்சர்யப்படுவீர்கள்! க்ஷயரோகம், காசம், எலும்புருக்கி, மூலரோகம், இருமல், இரைப்பு நோய் ஆகியவைகளுக்கு பிரண்டை உப்பு, நாயுருவி உப்பு முதலான உயர்ந்த மருந்துகளை தென்ன மது துணைகொண்டு 1 மண்டலம், 2 மண்டலம் ஆக் கொடுத்து நோய்களை திறமையாக போக்கிவிடுவது தமிழ் மருத்துவத்தின் பண்டைய கால வழக்கத்தில் ஒன்று.

மதுவை அருந்துவோர் இங்கிதமாய் இன்மொழி பேசிடுவார்களாம்! சித்தர்கள் கூறியது புளித்துபோன பழைய காடி கள்ளை அல்ல! புளித்த கள் அறிவை மயக்கி உடலைக் கெடுத்துவிடும். புளிக்காத மது தேன் போல் இனிக்சக் கூடியதே! இதை அருந்தினவர் பைங்கிளியே! என்று மனைவி மக்களுடன் கொஞ்சுவார்களாம். தற்காலம் கண்ட மரப்பட்டை, குப்பையில் கொட்டவேண்டிய அழுகல் பழத்தோல், சல்பேட் உரங்கள் மற்றும் பல கர்ம காண்டங்களைக் கொண்டு காய்ச்சும் கள்ளச் சாராயத்தை குடித்து விட்டு குடல் இரைப்பைகள் ரணமாகி இறப்பதோடல்லாமல், கள்ளச் சாராய வெறியால் மனைவி மக்களையும் குத்தி கொலை செய்வது சாதாரணமாகி விட்டது! மது இருந்த காலத்தில் எல்லோருமே குடித்துக் கொண்டிருக்கவில்லை.

நாளெல்லாம் கடுமையாக உழைக்கும் தொழிலாளிகளும், விவசாயிகளும் தான் அலுப்பு தீர மது அருந்தினர். தற்காலம் கள்ளச் சாராயத்தை காய்ச்சுவோர் முதல், வீட்டில் உள்ள பெண்டு பிள்ளை வரை, குடிக்க வருவோர், குடித்தவரை பிடிக்க வருவோர், விசாரணைக் காவல் சிப்பந்திகள், சாட்சி சொல்ல வந்தோர் – போஞேர் எல்லாமே இந்த கள்ளச் சாராயத்தை குடிசைத் தொழிலாக்கி விட்டனர்! இப்படியாக மது விலக்கு என்ற கிணற்றை வெட்ட பூதமாகிய கள்ளச்சாராயம் கிளம்பி விட்டது.

அடி மரப் பட்டை

உயரமான தென்ன மரத்தின் அடி மரப்பட்டையை வெட்டி எடுத்து உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்த பொடி 1 பலம் தேங்காய் நெய் 5 பலம் ஆக சேர்த்து காய்ச்சி வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த நெய் உள்ளுக்கு உதவாது. மேல்பூச்சாக எல்லாவித சர்ம நோய்களில் தடவி வர பயன்படும். குறிப்பாக உடலெங்கும் உப்பு பூத்து சாம்பல் நிறமாக காணுபவர்களும், உடலின் தோல் நிறம் மாறி வெடிப்பு ஏற்பட்டு, சொறி பிடித்த சர்மம் போன்றவர்களும் இந்த நெய்யை நாள்தோறும் தடவி வர குணமாகிவிடும்.

முற்றிய மரங்கள் இரும்பு தூலங்கள் இல்லாத காலத்தில் பெரிய பாலங்கள் அமைக்கவும், கூரை வீடுகள், நீர் இறைக்கும் ஏற்றம் முதலியவைகளுக்கு பயன்பட்டது.

குருத்து

ஓலையின் இளம் துளிர்கள். இவை முளை வரும்போது வெள்ளை நிறமாகவும் மிருதுவாகவும் இருக்கும். நாள் ஆக ஆக பெரிதாக வளர்ந்து ஓலை விரிந்து பசுமை நிறமாகி மட்டைகள் நீண்டு வளரும். பின்பு பழுத்து உலர்ந்து காற்றடிக்க கீழே விழும். சிறுவர்கள் தம் வீட்டிலுள்ள வயதான பாட்டன் பாட்டிகளை நையாண்டி செய்யும்போது, "பழுத்தோலையைப் பார்த்து குருத்தோலை பரியாசம் பண்ணுகிறது" என்று சொல்வ துண்டு இந்த குருத்து மருந்தாகவும் பயன்படுகிறது. கப நோய்களில் மார்பில் சேர்ந்த சளிகளைக் கரைத்து வெளியே தள்ளவும், ரத்த மூலங்களில் ஆசன வழி ரத்தம் கழிவதை நிறுத் தவும், உடல் சூட்டைத் தணிக்கவும் பயன்படுத்துகிறார்கள். தென்னங் குருத்து தின்ன ருசி தரும். மெல்லிய இளங் குருத்தாக எடுத்து ஒரு கை அளவு வாயிலிட்டு மென்று தின்று தண்ணீர் குடிக்க மேல் குறித்த நோய்கள் விலகிப் போகும். குருத்து சற்று முற்றியவுடன் இளம்பச்சை நிறமாக மாறுவதால் இதை எடுத்து கத்தரித்து கிளிகள் பறப்பது போல் மடித்து அதை தோரணங்களாக கட்டி, திருமணம் உற்சவம் போன்ற விழாவில் வீடுகளையும், பந்தல்களையும் அழகு படுத்துவது நம் நாட்டு வழக்கம்.

மட்டை

இளம் மட்டையை இடித்து பிழிந்த நீரை நாள்தோறும் குடித்துவர அதிமூத்திர நோய், நீரில் மது (நீரிழிவு நோய்) நீர் சுருக்கு, வயிற்றுக் கடுப்பு, ஆசனவாய் ரணம் ஆகியன போகும். இந்த நீரை பற்ப செந்தூரங்களுக்கும் துணையாக கொள்வது நாட்டு மருத்துவர்களின் வழக்கம்.

ஓலை

மருத்துவப் பயன் உள்ளதாக குறிப்புகள் ஏதுமில்லை. ஆயினும் தமிழ் நாட்டின் பண்புமிக்க விழாக் கோலங்களில் மத சடங்குகளில் வாழை மரத்திற்கு சமமாக விளங்குகிறது. சுருங்கச் சொன்னால் குழந்தை பிறந்து தொட்டில் போடுவது மூதல் பெண்களின் ருதுகால சடங்கு, திருமண சடங்கு, இறுதி யாக மரணமடைந்தவர்களுக்கும் படுக்கையாக மயானம் வரை இந்த தென்ன ஓலை துணைவனாக வருகிறது. சிறுவர்கள் ஓலை

களைக் கிழித்து நாதஸ்வரம் போல் செய்து குழல் ஊதி மகிழ் வதை நாம் காணுகிறோம். காற்று வசதியற்று பல மாடி கட்டட வீடுகளின் சிறு அறைகளில் அடைப்பட்டு கிடக்கும் நகர மக்களை விட, தென்னம் ஓலையால் கட்டிய சிறு குடிசைகளில் வாழும் நாட்டுபுற மக்கள் பன்மடங்கு ஆரோக்கிய முள்ளவர் கள் என திடமாக கூறலாம். இயற்கையான ஏர்கண்டிஷன் உள்ள ஓலைக் குடில்களுக்கு இணையாக, செயற்கை ஏர் கண்டி ஷன் அறைகளை ஒப்பிட முடியாது. பெரிய பெரிய மாநாடுகள் யாவும் தென்னை ஓலையின் ஆடம்பர பந்தலில்தான் நடந்து வருகின்றன அல்லவா?

ஈர்க்கு

ஓலையின் நடுவில் உள்ள குச்சிக்குத்தான் ஈர்க்கு என்பார் கள். இது மருத்துவ பயன் உள்ளதாக வழக்கிலும் இல்லை. நீளமான தென்னங் குச்சிகளை கிழித்தெடுத்து மண் தரைகளை துப்புரவு செய்ய "தொடைப்பானக" பயன்படுத்துவார்கள். தெருக்களையும், குப்பை கூளங்களை பெருக்கித் தள்ள மூங்கில் கழிகளில் இக் குச்சிகளைப் பின்னி அகலமான கூட்டும் மடல் களாகச் செய்து, நகராண்மைக் கழகம், ஊராட்சி மன்றம் ஆகியவை பயன்படுத்துவதை நாம் காண்கிறோம்.

தென்னம் பாளையின் பூ

பாளை என்பது பூக்களை மூடியுள்ள சுமார் நான்கு அங்குல கனமும் இரண்டு முழ நீளமும் உள்ள நீண்ட தடி உருளை வடிவ மாகி பார்வைக்கு தண்டாயுதம் போன்று இருக்கும். முற்றிய வுடன் பாளை வெடித்து சரம், சரமாக பூக்கள் தொங்கும். இளம் பூ பிஞ்சுகள் மாதுளம் மணிகள் போல் காணும்.

பூவின் மருத்துவ குணமும் பயனும்

பாளையின் உள்ளிருக்கும் இளம்பூ பொதுவாக சிறுநீரைப் பெருக்கித் தள்ளுவதில் அருகம்புல், ஆடாதொடை, குப்பை மேனி, கீழாநெல்லி, நெருஞ்சில் போன்று வேலை செய்து மூத்திர தாரையின் குற்றங்களை போக்கி துப்புரவு செய்கிறது. மேலும் பசியைஉண்டாக்கி உடலுக்கு பலத்தையும் தருகிறது. உடலின் உட்சூட்டை தணிக்கும், உடம்பின் மேல் தோலில் பொங்கி எழும்பும் சொறி சிறங்குகளையும் போக்க கூடியது. தென்னம்பூ

காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒருபிடி வாயிலிட்டு மென்று தின்ன மேக நோய், வெள்ளை ஒழுக்கு, உட்சுரம், ரத்த வாந்தி, ரத்தம் கெட்டு வரும் நோய்கள், அரையாப்பு, விப்புருதி, சிலந்தி முதலிய நோய்கள் குணமாகும். 10 முதல் 20 நாள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு பத்தியம் இருக்க வேண்டும்.

மேகம், அகக்கொதிப்பு வீறுசிரத்த பித்தம்
வேக அசிர்க்கரநோய் வீழ் பிரமி—தேகத்தில்
வின்னம் பாலிக்கும் விடபாகம் போகா வென்றால்
தென்னம் பாளைப் பூவைத் தின்.

— (கும்பமுனி)

தென்னம் பாளையின் இளம் பூக்களை கல்லுரலில் போட்டு மர உலக்கையால் இடித்து துணியில் வைத்து பிழிந்த சாறு, எள்ளின் நெய் இவை இரண்டும் சம அளவு எடுத்து காய்ச்சி சாறு சுண்டிய பின் எடுத்து வைத்துக் கொண்டு அதை தீராத சொறி, சிரங்கு, புண், கொப்புளம், சீழ்கொண்ட ரணங்கள் மேக ரணங்கள், கரப்பான் ஆகியவைகளுக்கு மேலே தடவிவர யாவும் நீங்கி உடல் சர்மம் மிருதுவாகிவிடும். இந்த நெய்யை உள்ளுக்கும் 5 முதல் 10 துளி வரை பசும் பாலில் வயதுக்கு தக்கபடி கொடுத்து வர பாட்டில் குறிப்பிட்ட நோய்களும் பறந்துப்போகும்.

தென்னை மரத்துப் பாளை வெடிக்காததாக எடுத்து வந்து அதை உடைத்து அதனுள்ளே இருக்கும் இளம் பிஞ்சுகளை ஒருபிடி எடுத்துப் பசும்பால் விட்டு அரைத்து ஒரு எலுமிச்சங் காய் அளவு, காய்ச்சிய ஆழாக்கு பசும்பாலுடன் காலை மாலை 40-நாள் விடாமல் சாப்பிட ஆண்களுக்கு உண்டான நரம்புத் தளர்ச்சி, ஸ்கலிதம் தாது நீற்றுப்போய் போக உணர்ச்சியற்றுப் போதல் முதலியவை நீங்கி, தாது புஷ்டியும், வாலிப மிடுக்கும், பலமும் உண்டாகி வாழ்க்கை நலம் பெறும் ஆனால் 40-நாள் வரை மனத்தைக் கட்டுப்படுத்தி உடல் உறவு வைத்துக் கொள்ளக்கூடாது. அதிக புளி, காரம் நீக்கவும்.

முற்காலத்தில் உற்பத்தியைப் பெருக்கச் சொல்ல எந்த வித பிரசாரமும் கிடையாது. விவசாயி அதிகாலையில் எழுந்து தன்பாட்டில் நிலத்தை உழுது பயிர் செய்து கடமைகளைத் தவறாமல் செய்து வந்தான். நெல் விளைவிப்பவர் அரிசிச்

சோற்றை உண்ணமாட்டார்கள். காரணம் அது கட்டிவராது. பகலெல்லாம் கூழ், களி, பழைய கஞ்சி இவைகளைத்தான் நிறைய உண்டு, வயலில் பாடுபடுவார்கள். மாலைப் பொழுது ஆனதும் ஒன்று அல்லது இரண்டு மொந்தை மதுவை அருந்தி விட்டு தோசை, இட்டிலி போன்றவைகளையும் தின்றுவிட்டு வந்தால் வயலில் பாடுபட்ட களைப்பெல்லாம் பறந்தோடிப் போகும். வீட்டிலே சாப்பிடாமல் படுத்துறங்கி விடுவான்! மீண்டும் அதிகாலையில் எழுந்திருக்கும்போது உடல் வலி தெரியாது.

கடமையைச் செய்யவும் தயங்கமாட்டான். ஆனால் இன்று குடியானவன் வாழ்க்கை நிலையே மாறிவிட்டது! "கோழி கூவுதே வயலுக்கு போகலை" என்று தட்டி எழுப்புவாள் மனைவி, "அட சே! சும்மா கெடப்பியா...... ஒடம்பெல்லாம் வலிக்குது" என்று வேட்டியை இழுத்து போர்த்திக் கொள்ளுவான். ஆதவன் உதித்த பின் அரை மணி கழித்து எழுந்து நேராக "டீ" கடைக்குச் சென்று 'ஸ்டாங்க ஒரு டீ போடய்யா' என்று தேயிலை பானம் கேட்டு வாங்கி ருசித்து குடிப்பான் தென்னை மரத்தைப் பார்த்துக் கொண்டே. அந்த சமயம் அங்கு பிளாக் டெவலப்மெண்ட் ஜீப்வண்டியில் ஒலிபெருக்கி மூலம் "விவசாயிகளே! உணவு பற்றுக்குறையைப் போக்க, பஞ்சம் பசிப்பட்டினி ஒழிய உற்பத்தியை பெருக்குங்கள்" என்று சொல்லிக்கொண்டே போவார்கள். டீயை குடிக்கும் அந்த விவசாயி எழுந்து போய் வீட்டிற்குச் சென்று மீண்டும் ஒரு உறக்கம் போடுவான். இது தற்கால கிராம நடப்பு!

மதுபானம் எந்த காலத்தில் தோன்றியதோ? வரையறுத்துக் கூற இயலாது. மக்களின் நலத்தையும் சுபிட்சத்தையும் நோக்கமாகக் கொண்டு மதுவிலக்கு அமலுக்கு வந்ததை யாவரும் விரும்பி வரவேற்க வேண்டியதே, ஆனாலும் இம் முயற்சி 19 ஆண்டுகளாகியும் "வாலு போயி கத்தி வந்தது டும்டும்" என்ற கதை போல மது கடைகள் போய், மருந்து கடைகளில் ஜிஞ்சர் பெரீஸ், பெயின்ட் கடைகளில் பிரஞ்சு பாலிஷ் (கலங்கல்), ஸ்பிரிட்டு புட்டிகள் இப்படியாக போய் கள்ளச் சாராயமாக வந்துதான் மிச்சம்! இவைகளை மனித முயற்சியில் ஒழித்துக் கட்டுவது எளிதான விஷயமல்ல. உலகில் மது, மங்கை, புகைப்பழக்கம் ஆகியவைகளை சட்டம் கொண்டு திருத்த முயன்ற போதிலும் இவைகள் பூர்வ கர்ம வினை மூண்ட

மக்களைப் பிடித்தே ஆட்டுவிக்கும் என்பது பெரியோர் வாக்கு. இதை பல மேனாட்டு அறிஞர்களும் ஒப்புக்கொள்ளுகின்றனர்.

"செம்மையில் அறம் செய்யாதார் திரவியஞ்
சிதற வேண்டி நம்மையும் 'கட்குடி
சூதும் நான்முகன் படைத்த வாறே!"

நல்லவழியில் தருமம் செய்யாதவர்கள் பொருள் யாவும் வேசியர், கள்குடி, சூதாட்டம், இவைகளில் அழியும்பொருட்டு பிரம்மதேவன் படைத்து இருப்பதாக விவேகசிந்தாமணி கூறுகிறது. ஆகவே மதுவைக் கண்டு நல்லவர்கள் பயப்பட வேண்டியதில்லை. மேலும் இந்த மதுகடைகள் இருந்தபோது சில கெடுதல்கள் இருந்த போதிலும் பல நன்மையும் இருக்கத்தான் செய்தன.

குறிப்பாக :

(1) விவசாயம் செழித்தோங்கியது. உற்பத்திப் பெருக்கச் சொல்லவேண்டிய அவசியமே இல்லாமல் இருந்தது.

(2) தற்போது இருக்கும் வரிகள் எல்லாம் 90 சதவிகிதம் அப்போது மது அரக்கனின் தலைமீது விழுந்தது. வியாபாரிகள் கணக்குப் புத்தகங்களை எடுத்துக்கொண்டு விற்பனை வரி ஆபீசுகளுக்கு ஓடிச்சென்று கை கட்டி உத்திரவு சொல்லும் நிலை இல்லாமல் சொற்ப லாபத்திற்கு நியாயமான விலைக்கு பண்டங்களை விற்று ஜீவனம் செய்தனர்.

(3) மருத்துவ மனைகள் காலியாக கூட்டமின்றி கிடந்தன. குடல் புண், இரைப்பை புண் என்றும், காசம், க்ஷயம் என்றும் நிறைய கேஸ் வந்ததில்லை.

(4) சிறைச்சாலைகளிலும், கோர்ட்டுகளிலும் நெரிசல் இல்லாமல் இருந்தது.

(5) காவல் நிலையத்தார் (போலீசார்) கண்டவர்களை கண்ட நேரத்தில் பிடித்து (நாள்தோறும் கள்ளச் சாராயம் குடிப்பவர்கள்) "ஏய் உன் வாயை ஊது" என்று கேட்கச் சொல்லுவது அந்த காலத்தில் கிடையாது. திருடர்களை தேடி, குண்டர்களை நாடிச் சென்று அவர்களை அடக்கி ஒடுக்கி அமைதியை நிலை நாட்டி வந்தனர். இவை யாவும் உண்மையே ஒழிய கற்பனைகள் அல்ல!

(6) ரொட்டி கடைகளில் தென்ன மதுவைச் சேர்த்து ரொட்டி தயாரிப்பார்கள் அந்த நாளில், அந்த ரொட்டியைத் தொட்டால் பூவைப்போல அவ்வளவு மிருதுவாக இருக்கும். அதை தின்ருல் உடலுக்கு மிகுந்த வலிமையும் ஆரோக்கியத் தையும் கொடுத்தது. இதை நம்பாதவர்கள் ரொட்டி கடைக் கார பழைய நண்பர்களைக் கேட்டுப் பாருங்கள்!

(7) கருத்தரித்த மங்கையர்களுக்கு புத்தம் புதிய மதுவை இரண்டு அவுன்ஸ் காலையில் மட்டும் எட்டாம் மாதத்திலிருந்து கொடுத்து வர பிறக்கும் சிசு திடகாத்திரமாகவும், அழகு மிக்க தாகவும் இருந்தது என்பது பழங்கால அனுபவ உண்மை!

(8) சித்த மருத்துவ முறையில் கை கால் காந்தல், எரிச்சல், வெடிப்பு ஆகியவைகளுக்கு "அழற்சி வெண்ணெ" என்ற ஓர் முறை. இந்த முறை மருந்து செய்ய புளித்த கள் வேண்டும். மது இன்றி மறைந்து போயின!

கள் வேண்டுவோர் சங்கம் என்று தற்காலம் ஆங்காங்கே அமைத்துக்கொண்டு இருக்கிருர்கள். இது ஓர் விந்தையான சங்கம் "படிப்பது ராமாயணம் இடிப்பது பெருமாள் கோயில்" என்றபடி, வேண்டுவது கள் - மறியல் செய்து காய்ச்சுவது கள்ளச் சாராயம்! என்ன கொள்கையோ இது! கள் வேண்டு வோர் மரத்தின் மீது ஏறி, பாளையில் இருந்து அல்லவா கள் இறக்கவேண்டும்.

இளநீர்

பாளையில் இருந்து வெளிப்பட்ட பூ முதிர்ந்து குரும்பை ஆகும். இந்த குரும்பைகள் சில நாட்களில் பெருத்து இளநீர் ஆகும். இது ஓர் இயற்கையான தாகவிடாய் தீர்க்கும் அருமருந்து. கோடையிலே இளைப்பாற்றிக் கொள்ளும் குளிர் தரும் வேனில் குடிநீர் இளநீர் காய்கள். தென்ன மரம் பூமியில் உள்ள நீரை வேரால் உறிஞ்சுகிறது. பிறகு அந்த நீரை மக்க ளுக்கு ஒருவித பயனும் கருதாமல் குடத்தில் இட்ட நீர் போல இளநீரைத் தருகிறது. இது போல நாமும் இருக்கவேண்டும் என்பதை, அது தன் செய்கையால் சுட்டிக் காட்டுவதாக நம் நாட்டுக் கவிகள் புனைந்து இருக்கிருர்கள்.

நன்றி ஒருவர்க்குச் செய்தக்கால் அந்
நன்றி என்று தருங்கொல் என - வேண்டா
நின்று தளரா வளர் தெங்கு தாளுண்ட
நீரைத் தலையாலே தான் தருதலால்.

— (செய்யுள்)

இளநீர் குணம்

இதில் அனேக விதமுண்டு. செவ்விளநீர், பச்சை இளநீர் மஞ்சள் கச்சி இளநீர், கருவிளநீர், அடுக்கிளநீர். சோரி இளநீர், தேளி இளநீர், குண்டற்கச்சி இளநீர், ஆயிரங்கச்சி இளநீர், கெவுளி பத்திரை இளநீர், என்பன போன்றவைகள். கால, தேசம், மண் வளம், சீதோஷ்ண நிலைக்கு ஏற்றபடி பலவித நிறங்களாக வளரும். ஒவ்வொரு நிறமும் ஒருவித நோய்க்கு உதவுவதாக சித்தர் உரை விளக்கம் கூறுகிறது. எல்லா வித இளநீர்களும் பொதுவாக உஷ்ண சீதள குணத்தையுடையது. உட்சூட்டைத் தணித்து உள் அழலை ஆற்றும். சிறுநீரை மித மாக அளவுடன் வெளியேற்றும். மலச்சிக்கலை உடைத்து மலத்தை இளக்கும் பேதியானாலும் நிறுத்திவிடும். வாதநோய் பித்த குற்றம், சுபக்கட்டு, பயித்தியம், வாந்தி ஆகியவைகளும் போகும்.

என்று மிளநீர் நீரிறக்கும் கப மறுக்கும் நீ
துன்றனலாந் சீதமெனச் சொல்லுவார் காணின்றெழும்பும்
பித்தமொடு வாந்தியும் போம் பேதிகட்டு ரண்டு முண்டாம்
கொத்தலரும் பூங்குழலாய் கூறு.

(ப. கு. சி.)

சயரோகிகளுச்கு செவ்விளநீரும், கண் ரோகமுடையோர் களுக்கு பச்சை இளநீரும், பித்த சிலேத்தும நோயாளிகளுக்கு மஞ்சள் கச்சி இளநீரும், கபரோகம், சிரங்கு புண் உடையவர் களுக்கு கருவிளநீரும், மூல ரோகம், சீதள ரோகமுடையவர் களுக்கு அடுக்கு இளநீரும், ரத்தமாகவே போகும் மேகநோய் உடையவர்களுக்கு தேளி இளநீரும், சோகை பிடித்த பாண்டு நோயுடையவர்களுக்கு சோரி இளநீரும், பசியே இல்லாதவர் களுக்கும், மலச்சிக்கலுடையவர்களுக்கும் குண்டற்கச்சி இள நீரும், வயிற்று வலி, ரணம், குன்ம ரோகமுடையவர்களுக்கு

ஆயிரங்கச்சி இளநீரும் குடிப்பது நோய்களை விலக்கி ஆரோக் கியம் அளிக்கும் என்பது நூல் வரலாற்று உண்மை! ஆனால் இவ்வளவும் பழக்கத்தில் இருந்து வந்து இருப்பதை மரம் ஏறு பவர்களுக்கும் நன்ருகத் தெரியும்.

மதுவை இறக்கியவுடன் குடிப்பது போல இளநீரும் மரத் திலிருந்து தள்ளியவுடன் பருக, நோய்கள் நீங்கி நலம் தரும். பழைய இளநீரை பருகினல் சலதோடம், பலவித பிணிகளையும் உண்டாக்குமென்பதில் ஐயமில்லை. மேலும் இளநீரை காலை நேரங்களில் வெறும் வயிற்றில் குடிப்பது கெடுதலைத்தான் உண்டு செய்யும். இளநீர் குடிக்கும் நேரம் பகல் உணவுக்குப் பின்பு 1 மணி முதல் 3 மணி வரை குடித்தல் வேண்டும் என்பது மருத்துவ விதி.

மருத்துவப் பயன்

இது சில குறிப்பிட்ட முறைகளுக்கு இன்றியமையாத பொருளாகிறது. இளநீர் பலவித நச்சுத் தன்மையுடைய பாஷாண கற்களை சுத்தி செய்ய உதவுகிறது. செவ்விளநீர் இல்லாமல் சந்தனாதி தைலம் காய்ச்சுவது பயன் தராது. பீனிச தைலம் காய்ச்சுவதானல் இளநீர் மூலச்சரக்காகும். வெண் பூசணி நெய் தயாரிப்பதானலும் செவ்விளநீர் அவசியமாகத் தேவைப்படும்.

வெப்ப நோய் பற்பம்

ஒரு குவளை இளநீரை பழைய மண் பாண்டத்தில் விட்டு, அதில் உயர்ந்த வெண் குங்கிலியத்தைப் போட்டு கொதிக்கக் காய்ச்சி நீர் சுண்டும் தருணத்தில் குங்கிலியத்தை எடுத்து நீரில் கழுவி உலர்த்த வேண்டும். பின்பு நன்ருக தூள் செய்து புட்டி யில் வைத்துக்கொண்டு மூன்று முதல் ஐந்து அரிசி எடை பசும் பால், வெண்ணை, நெய் ஆகியவைகளில் கலந்து நாள்தோறும் மூன்று வேளை உண்ண பித்தச் சூட்டினுல் வந்த வெப்ப நோய் கள், சொட்டு மூத்திரம் சிவந்து குறைவாக போதல், வெட்டை ரத்தம், வெள்ளை விழுதல், மூத்திர தாரை ரணம், எரிச்சல் ஆகிய நோய்கள் குணமாகிவிடும். இதற்கு 'குங்கிலிய பற்பம்' என்று பெயர்.

வெண் குட்ட வெண்ணை

ஒரு பலம் அசல் பசுநெய்யை ஒரு சுத்தமான எவர்சில்வர் பாத்திரத்தில் விட்டு காய்ந்த பின் அதில் அரை பலம் பூனைக் கண் குங்கிலியம் (விட்டிறக்கிப் பின் கருக்கு நீரில் கழுவி ஏழு முறை சுத்தி செய்த பின்பு) போட்டு இரண்டறக் கலந்த பின், ஓர் வாயகன்ற பாத்திரத்தில் செவ்விளநீர் முக்கால் பங்கு விட்டு காய்ச்சிக் கலந்த நெய்யை அதில் விட்டு மோர் கடைந்து எடுக்கும் மர மத்து கொண்டு கடைந்து கொண்டிருக்க தூய்மையான வெண்ணை திரண்டு வரும். இதை வழித்து ஒரு கண்ணாடி பாத்திரத்தில் வைத்துக்கொண்டு நாள்தோறும் புளியங்கொட்டை அளவு உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டு, வெளுத்துப்போன தோல்களின் மேல் பூசிவர வெண் குட்டங்கள் யாவும் சிறுக சிறுக மறைந்து காணாது போகும். பத்தியமிருப்பது அவசியம். இதை எலும்புகளில் காணும் ரணங்களுக்கும் பயன்படுத்தலாம்.

கண் ரோகங்களுக்கு மருந்து

இளநீர், பசும் பால், எள் நெய் ஆக மூன்றும் வகைக்கு அரை படி ஒன்றாக கலந்து அடுப்பில் வைத்து, சந்தனத் தூள், விளாமிச்சு வேர், அதிமதுரம், நன்னாரி வேர், நெய்தல் கிழங்கு ஆகியவைகளை வகைக்கு ஒரு பலம் வாங்கி உலர்த்தி சுத்தம் செய்து தூய்மையாக தூள் செய்து அடுப்பில் காயும் மேல்படி குழம்பில் சிறுக கொட்டி கிளறிவிட்டு நன்றாக கொதித்து குழம்பு பதமாக வந்ததும் இறக்கி, ஆறிய பின்பு சுத்தமான துணியில் வடிகட்டி புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும். இதை கண்ணில் துளிக் கணக்கில் விட்டு வர கண் நோய்கள், கண் உளைச்சல், பீளை கட்டுதல், கண் ரணமாகி சிவந்து போதல், நீர் அருகல் போன்ற கண் சம்மந்தமான நோய்களைப் போக்கும். இம்முறை அகத்தியர் கண் நோய் படலம் என்ற நூலில் காணலாம். இதற்கு இளநீர் குழம்பு என்றும் பெயர். இன்னும் இளநீர் கொண்டு காய்ச்சும் தமிழ் மருத்துவ முறை, பரம்பரை மருத்துவர்களிடம் மறைந்து கிடக்கின்றன!

வழுக்கை

தென்ன மரத்தின் உறுப்புகளில் எல்லாவற்றிலும் மிகச் சிறந்ததும், நாவிற்கு மிக ருசியாக இருப்பது இளநீரின் வழுக்கை.

இளநீர் குடிப்பவர் காயை வெட்டி வழுக்கையை தரவிட்டால் அங்கிருந்து நகரவே மாட்டார்கள்! இதன் செய்கை சிறுநீரை பெருக்கும். சூட்டை தணிக்கும். சிறப்பாக கணச்சூடு, இருமல் கப ரோகம், சய ரோக நோய் உடையவர்கள் வழுக்கையை நாள் தோறும் சாப்பிட மிகவும் நன்மை பயக்கும்.

தேங்காயும் இறைவன் துதியும்

இளநீர் முற்றினதும் தேங்காய் ஆகும். சிவபெருமானுக்கு முக்கண்ணன் என்ற பெயர் உண்டல்லவா? இதே "முக்கண்ணன்" என்ற பெயர் தேங்காய்க்கும் உண்டு. முக்கண் படைத்த இறையனார் சிவபெருமானுக்கு அர்ப்பணம் செய்யும் பொருள்களில் சிறந்தது முக்கண் தேங்காய்தான்! "நாரிகேளம் சமர்ப்பயாமி" நாரிகேளம் என்பது சமஸ்கிருதம். இதை இறை வணக்கத்திற் குரியதாக்கி வைத்தனர் நம் முன்னோர். காரணம் என்ன தெரியுமோ? சைவ சமய கோட்பாடுகளில் தெய்வங் களுக்கு பலி (நரபலி, மிருகபலி முதலானவைகள்) கொடுப்பது அறவே வெறுக்கப் பட்டவைகள். உலகில் பிறந்த உயிர்கள் யாவும் மூன்று வித அடிப்படை காரணத்தால் அலைகழிக்கப்படு கின்றன. அவை ஆணவம், கன்மம், மாயை என்ற மும் மலங் களே! மனிதப் பிறவி எடுத்த மக்கள் இந்த மும் மலங்களையும் நீக்கி தூய்மை (வெள்ளை மனம்) பெறுதல் வேண்டும் என்பதை தேங்காய் பலி உணர்த்துகிறது. தேங்காய் (ஆணவம்) என்னும் மேல் மட்டையை உரித்து(கன்மமாகிய) உள்ளே இருக்கும் நார் போக்கி, (மாயை) என்ற கடினமான ஓட்டை மதி கொண்டு உடைத்து அதனுள் இருக்கும் (மனம்) என்ற வெண்மையான தூய தேங்காய் சாட்சியாக "உமக்கு என்னையே அர்ப்பணம் செய்கிறேன் மும்மலம் நீக்கி, அடியேனை ஆட்கொண்டு இனி பிறவா வரம் அருளவேண்டும்" என்று இறைவனிடம் வேண் டுதல் செய்வது தமிழ் நாட்டின் பண்பாடு. தேங்காய் ருசியாக தின்பதற்கு சாமிக்கு உடைக்கிறார்கள் என்று நினைத்து விடாதீர் கள்! இறை வழிபாட்டில் சிறப்புற்ற தேங்காய் நினைத்ததைக் கொடுக்கும். ஆனால் தெய்வ சாட்சியாக கேட்க வேண்டும்! திருடன் கூட அவன் தொழிலுக்கு போகும் போது "பிள்ளையார் அப்பனே இன்னிக்கு நல்ல வேட்டை கிடைச்சா, உனக்கு ரெட்டை தேங்காய்" என்று நினைத்து வணங்கிப் போவான். பரீட்சை எழுதும் மாணவர்களும் டஜன் கணக்கில் பிள்ளையாருக்கு லஞ்சம் கொடுப்பதாக வேண்டிக் கொள்ளுவார்கள்.

உற்சவம், திருமண சடங்குகள், விழா, நல்லது, பொல்லது எல்லாவற்றிற்கும் முன்நிற்கக் கூடிய பூலோக கற்பக விருட்சத்தின் காய், உணவு பதார்த்தங்களில் சேர்ந்துவிட்டால் நாவிற்கு ருசி பன்மடங்கு அதிகரிக்கச் செய்து நிறைய உண்ணச் செய்து விடுகிறது.

திருமாங்கல்யமும் தேங்காயும்

இந்துக்களின் திருமணத்தில் மட்டை உரித்த நாருடன் உள்ள தேங்காய் முக்கிய ஸ்தானத்தை வகித்து வருகிறது. மணமகன் திருமாங்கல்யத்தை மணமகள் கழுத்தில் கட்டி தன் மனைவி என்று சொல்லக் கூடிய உரிமை பெறு முன்பே இந்த தேங்காய்க்கு தான் கட்டி பல பெரியோர்களின் ஆசி பெற்று, தாலி கட்டும் சடங்கு நமது நாட்டில் தொன்று தொட்டு நடந்து வருகிறது. இப்படிச் செய்வதன் மூலமாக மணமக்களுக்கு "எண்குண உலகியல் வாய்ப்பும்" (அஷ்ட வித சௌபாக்கியங்களும்)உண்டாகும் என்பது பெரியோர்களின் தத்துவமாகும்! எனவே தேங்காய்க்கு எவ்வளவு மதிப்பு இதனால் இருக்கிறது என்பதனை ஒருவாறு ஊகித்தறியலாம். யாராவது பெரியோர்கள் கொஞ்சம் மந்த புத்தியுள்ள சிறுவரைப் பார்த்து "டேய் தென்னங்காய்" என்று கூப்பிடுவதை கண்டு வருத்தமடைய வேண்டாம்! அறிவுடையவன் தான், ஆனாலும் அறியாமை என்ற மட்டையை உரித்து உடைத்தால் உள்ளே காயின் பருப்பு காணுவது போலவே அறிவைத் துலங்கச் செய்யும் வார்த்தை தான் "தென்னங்காய்" என்ற சிலேடை பெயர் அல்லவா?

தேங்காய் மருத்துவ குணமும் முறைகளும்

தேங்காய் பால் குளிர்ச்சி தரும், தாது விர்த்தியாகும், உள் ரணங்கள் ஆறும். சிறுநீரையும் பெருகச் செய்து வயிற்றிலுள்ள சிறு புழுக்களை மலத்துடன் வெளித் தள்ளும். ஆனால் தேங்காய்ப் பால் வாத உடம்பினர்களுக்கும், பித்தமதிகரித்தவர்களுக்கும் கெடுதலைத் தரும்.

தேங்காயை திருகி பால் பிழிந்து காலையில் வாரம் இரண்டு அல்லது மூன்று நாள் தலையில் தேய்த்துக் கொண்டு அரை மணி சென்ற பின் தலை முழுகி வர தணியாத உடல் சூடுகள் யாவும் தணிந்து போகும். கண் எரிச்சல் அடங்கும். மயிர் உதிர்வதையும் தடுக்கும். அதோடு பள பளவென கருமையாக முடி வளரும். தூக்கம் மிக நன்றாக வரும். தலை மண்டையில் காணும் சுண்டு, பொடுகு, நமைச்சல் அடங்கும். நீண்ட நாள் தலை மயிர் வெளுக்காமல் இருக்க வேண்டும் என்பவர்கள் எல்லோரும் தேங்காய் பால் தலைமுழுக்கு செய்து வாருங்கள்! ஆனால் ஒன்று தேங்காய் பால் முற்றிய பருப்பில் இருந்து எடுத்தல் அவசியம். தேங்காய் பால் மணவாழ்க்கையில் உள்ள யாவருக்கும் இன்றியமையாதது. உடலில் உள்ள அணுத்திசுக்களையும் தாதுப் பொருள்களையும் நன் முறையில் வளர்க்கும்.

"மாங்காய் பாலுண்டு மலைமேல் இருப்போர்க்கு
தேங்காய் பால் ஏதுக்கடி - குதம்பா"

என்று குதம்பை சித்தர் பாடியிருக்கிறார் என்று சொன்னவுடன் நீங்களும் தேங்காய் பாலை மறந்துவிட்டு திடீரென்று சித்தர்கள் போல் துறவி ஆகிவிடாதீர்கள்.

விதை வீக்கம் கரைய

வாதம் விதையில் கண்டு வீங்கியவர்கள் முற்றிய தேங்காயைத் திருகி வேண்டிய அளவு எடுத்து ஒரு இரும்பு வாணலியில் போட்டு சிறிது விளக்கெண்ணை விட்டு வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் பொறுக்குமளவு வீங்கிய விதையில் வைத்து கட்ட வீக்கம் கரைந்து வரும். இம் முறை இரவு நேரங்களில் படுக்கையில் தவறாமல் செய்து வர பலருக்கு வீக்கம் கரைந்துள்ளது.

தாய்ப் பால் சுரப்பதை தடுக்க

தாய்ப்பால் வேண்டாதவர்கள் தேங்காயைத்திருகி அதை வதக்கி மார்பகத்தில் வைத்து கட்டி வர வறண்டு போகும்.

தேங்காய் பாலை காய்ச்சினால் நெய் ஆகும். இதை எடுத்து வடிகட்டி வைத்துக் கொண்டு தலையில் தடவி வர தலை மயிர் உதிராமல் நீண்டு வளரும்.

நாக்கு புண், உதடு ரணம், வாய் உள் ரணம், தொண்டை புண் ஆகியவைகள் தீர தேங்காய் பாலை தினந்தோறும் இரண்டு தடவை வாயிலிட்டு நன்றாக தொண்டை வரை மேலும் கீழும் தலையை ஆட்டி கொப்புளித்து கீழே உமிழ்ந்து விடவும்.

மூன்றாம் தடவை ஒரு முடக்கு தேங்காய் பாலை குடித்து விடவும். இப்படிச் செய்ய வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண் யாவும் போகும்.

சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பான முறைகள் என்று சொல்லப்படும் புங்க தைலம், சித்தாதி எண்ணை, கரப்பான் தைலம் என்பவைகளை தேங்காய் பால் முதன்மையான சரக்காக சேர்த்து செய்யப்படுகிறது. இதனால் சூதக வெட்டை, சொறி சிரங்கு, பரங்கிப் புண், பவுத்திரம், கிரந்தி, கர்பசூலை, பைத்தியம், அரையாப்பு, குன்மம், விக்கல், பூச்சிவெட்டு, கரப்பான், மேக ரோக மாமிச கிரந்தி ஆகியவைகள் குணப்படுத்தப் படுகின்றன என்றால் தேங்காய் பாலின் சிறப்பை எழுதவும் வேண்டுமா?

கொப்பரை

தேங்காய் முற்றியதும் அதில் உள்ள பால் வற்றி நெய் பசுமையாகி பருப்பு உலர்ந்து காணும். இது வெகுநாள் கெடாமல் இருக்கும். இதன் ஓட்டை நீக்கி பக்குவம் செய்து பல உலர்ந்த பழம் கொட்டை பருப்பு தினுசுகளில் சேர்த்து வெளி நாடுகளுக்கும் அனுப்புவார்கள். கொப்பரை தேங்காயை செக்கில் ஆட்டி நெய் எடுப்பார்கள். தேங்காய் மலையாள நாட்டில் வீட்டு உபயோகமாக பலகாரங்கள் செய்யவும், தலை முழுகவும், நாள் தோறும் தலைக்குப் போட்டுக்கொள்ளவும் ஏராளமாக பயன்படுத்துவார்கள். இவர்களின் உடல் கொழு கொழு வென்று மினு மினுப்பாக இருப்பதைக் காணலாம்.

அகத்தியனார் அருளிய 600 என்ற நூலில் இடி வல்லாதி மெழுகு என்ற ஓர் முறை மிகவும் பிரசித்தமானது. செய்வது மிகவும் தொல்லை. இதில் கொப்பரை தேங்காயும் பனை வெல்லம், சேராங்கொட்டை சேர்த்து தயாரிக்கப்படும் இந்த மெழுகு, கருமேகம், பலவித குட்டம், அரையாப்பு, கிரந்தி, வாத நோய்கள், படை, சீலைபுண், பலவித ரணம், புற்றுநோய் ஆகியவைகளுக்கும் நல்ல மருந்தாகும்.

ஓடு

தேங்காயின் ஓடு எதற்கு என்று சிலர் நினைப்பார்கள். இதிலும் பல நற்பயன்கள் உள்ளன. ஏழை மக்கள் குடிசைகளில் சென்று பார்த்தால் எவர்சில்வர் பாத்திரமா இருக்கும்? மண் சட்டிகளில் பொங்கிய சோற்றையும், குழம்பையும் அள்ளி

எடுக்கும் கரண்டியாக இந்த தென்னங் கொட்டாங்கச்சிகளைக் காணலாம். இவை களிம்பு ஏறாது. இயற்கை பாத்திரங்கள் உடம்பிற்கு மிக நல்லதே! இந்த தேங்காய் ஓட்டின் தலைப்புறத் தில் மூன்று கண். இதை கண்ணாரம் (கண் திருஷ்டி கழிப்பு செய்ய கொளுத்தி சுற்றிபோடும்) வழக்கம் பழங்கால முறை களில் ஒன்று.

உடம்பில் ஆங்காங்கு யானைத் தோல் போன்று சருமங் களில் கடினமாகி சொற சொறப்பாகும் வியாதி, பக்கு கட்டும் படைகள், தோலுரியும் நோய்கள் ஆகியவைகளுக்கு தேங்காய் ஓடுகளை சிறுக நறுக்கி துண்டுகளாக்கி ஒரு பானையிலிட்டு குழித் தைலம் (பூ புடம்) இறக்கி, சம அளவு தேங்காய் நெய் கலந்து தடவி வர குணமாகி விடும். இதற்கு சிரட்டைத் தைலம் என்று பெயர்.

தேங்காய் நார்

இது கேரள நாட்டையே வளப்படுத்தி விட்டதாகக் கூற லாம். ஏனெனில் தென்னை மரங்கள் அங்கு தான் அதிகம். தேங் காய் நார்களினால் செய்யாத பொருட்களே இல்லை! பல அழ கிய வண்ண நிறங்களில் பாய்கள், கூடைகள், சித்திர வேலைப் பாடுகள் அமைந்த வீட்டு உபயோகச் சாமான்கள், மிதியடிகள், சிறிய கயிறு முதல் பெரிய வடம் போக்கி கயிறுகள், கவலைமாடு கயிறு, வீட்டைக் கட்ட சாரக் கயிறுகள், தேங்காய் நார் பஞ்சு மெத்தை வரையில் இன்று எவ்வளவோ எண்ணற்ற தொழில் களை நடத்தி மக்கள் பிழைத்து வருகின்றனர். என்ன இருந்தா லும் தென்னைமரக் கணவன்மார்கள் மதுவிறக்குவோர் தொழில் நசிந்த பிறகு தென்னந்தோட்டம் பாழடைந்துள்ளது என்பதை கிராம மக்கள் சுட்டிக் காட்டுகின்றனர்.

இப்படி மரத்தின் வேர் முதல் நார் வரை யாவும் தந்து தன்னையே மக்களுக்கு அர்ப்பணித்து விட்ட இந்த தென்னம் பிள்ளையால் எவ்வளவோ பயன்கள் வழக்கொழிந்துப் போயின. இன்னும் போய்க் கொண்டேயிருக்கின்றன. தேவை யாவும் கொடுத்த பூலோக கற்பக விருட்சம் மறுமலர்ச்சியடைய எல் லாம் வல்ல திருமுருகன் அருள் புரிவாராகவும்.



அகத்தியம் என்ருல் முக்கியம் முதன்மை என்பதாகும் மிகவும் வேண்டிய ஒருவரை அன்புடன் அழைக்க, நீங்க அகத் தியமா வாங்க மறந்துடாதீங்க என்று சிலர் சொல்வதுண்டல்லவா? அகத்தியர் என்ருலும் முதன்மையானவர், முக்கியமானவர் என்று பொருள். இவர் தென்ளுட்டிற்கு சிவபெருமாளுல் அனுப்பப்பட்டவர். முருகனுக்குச் சீடர். தமிழ் மருத்துவத்தையும், தமிழ் மொழியையும் பொதிகையின் கண் இருந்து வளர்த்தவர். இவர் பெயர் கொண்ட மூலிகையும் நம் நாட்டில் உண்டு. நாம் சாதாரணமாக உணவுடன் உட்கொள்ளும் அகத்திக் கீரை தான் 'அகத்தியர் மூலி' என்பது சமஸ்கிருத மொழியில் அகத் தியா என்றே ஆயூர்வேத மருத்துவர்கள் கூறுவார்கள்.

அகத்தியும், அருகம் புல்லும் மிக நெருங்கிய நண்பர் களுக்குச் சமம். அகத்தி செடியினத்தைச் சேர்ந்ததாயினும் மிக உயரமாக இரண்டு மூதல் பத்தடி உயரத்திற்கும் வளரக் கூடியதே. இதில் சிற்றகத்தி, பேரகத்தி, சீமையகத்தி, சிவப்ப கத்தி, போன்ற பல விதம் இருந்த போதிலும் இங்கு நாம் வழக் கமாக உண்வில் கொள்ளும் வெள்ளை நிற பூக்கொண்ட அகத் தியைத் தான் குறிப்பிடுவது வழக்கமாகும். அகத்தியை இந் தியா முழுவதும் பயிரிட்டு வளர்க்கிருர்கள். ஆயினும் குறிப்பாக தென்னகத்தில் கால் நடை தீவனமாகவும், உணவுடன உட் கொள்ளவும் ஏராளமாக பயிரிட்டு வருகிருர்கள். வெற்றிலைத் தோட்டம் போடுபவர்களுக்கு அகத்தி பயிர் ஓர் இன்றியமை யாத சாதனம் தோட்டம் அமைக்கும் செலவு மிச்சம் செய்வ துடன், தோட்ட தொழிலாளர்களுக்கு தினசரி ஏற்படும் செலவி னங்களைச் சரி கட்டி விடுகிறது.

மருத்துவப் பயனும் குணமும்

அகத்தி இலை, பூ, பட்டை, வேர் யாவும் மருத்துவப் பயன் உடையதே. ஆயினும் நமது வழக்கத்தில் இலை ஒன்று தான் உணவு மருத்துவமாகப் பயன் பட்டு வருகிறது. அகத்தி இலை பொதுவாக சிறு கைப்பு ருசியை உடையது, உடலில் உண்டாகும் விட நீர்களை முறித்து வெளியேற்றும். குடலில் தேங்கும் விட பூரிதமான மலங்கள், நிண நீர் ஆகிய அசுத்தங் களை சுத்தம் செய்யும். மலச்சிக்கலை நீக்கி மலத்தை உடைத்து வெளித் தள்ளும். பித்தத்தால் வந்த வெப்ப நோய்களையும், உடல் சூட்டையும் தணித்து விடும். மேலும் இது அ கம் புல் போல அதை விட கடுமையான வேகத்தில் மருந்துகளின் செய் கைகளை முறித்து விடும்.

இதை பருப்புடன் சேர்த்து மிளகு நீர் (ரசம்) குழம்பு பொறியலாக செய்து சாப்பிட மேற்குறிப்பிட்டவைகள் விலகும். ஆஞல் நாள் தவருமல் சாப்பிட்டாலோ, அடிக்கடி பயன் படுத் துவதாலோ நன்மை தருவதற்குப் பதில் தீமையே விளையும். உடலில் உள்ள நல்ல இரத்தத்தையெல்லாம் முறித்து வாயுவை பெருக்கி பல நோய்களை உண்டாக்கும். ஆதலால் அகத்தியை மாதிரிக்கு ஒரு முறை மட்டும் சாப்பிடுவது நல்லது. நம் நாட் டில் இதை திதி கொடுப்பது வழக்கு. அதாவது நீத்தார் கடன் நினைவு நாள் வழிபாடுகளில் புரோகிதர்களாக வரும் ஓதுபவர் களுக்கு பிரதியுபகாரமாக பருப்பு, பச்சரிசி, பூசணி, பழம் தாம் பூலத்தோடு அகத்தியையும் சேர்த்து தானமாகக் கொடுப்பது வழக்கமாகும்.

மருந்துண்ணும் காலங்களில் அகத்தியை உண்ணக் கூடாது. நாட்டு மருத்துவ முறையில் மருந்துண்ணும் அன்பர் கள் மருத்துவரே! பத்தியம் என்ன? என்று கேட்டால் மருத்து வர் எடுத்த எடுப்பிலேயே 'அகத்தி கீரை, கொள்ளு, பூசணி சிறு கீரை, புகையிலை, கடுகு, கடலெண்ணை, காபி, டீ' என்று முடிப்பார். மருந்துகளின் செய்கைகளை முறித்து விடுவதில் அகத்தி முதன்மையானது. நம் நாட்டில் ஒரு தீய பழக்கம் இருந்து வருகிறது. அதாவது ஆசாபாசங்கள் மாருமல் இருக்க வேண்டியோ, அல்லது தன் சொல்படி ஆட்டிப் படைக்க வேண் டும் எனக் கருதியோ ஒருவர்க்கொருவர் உண்ணும் உணவில் இடு மருந்துகளை கலந்து வைத்து விடுகின்றனர். நாள் செல்ல செல்ல இம்மருந்துகளின் கெட்ட செய்கையால் நோயாளியாகி மீளாத நரகம் எய்துவார். இத்தகைய கொடிய பாதகமான

செய்கை வேறெதுவும் இருக்க முடியாது என்று துணிந்து கூறலாம். இந்த இடு மருந்துகளின் வேகம் தணியவும், வயிற்றை விட்டு கழியவும் இந்த அகத்தி மிகவும் பயனுள்ளதாகும். இடு மருந்து உண்டவர் என்று திட்டமாக உணர்ந்த பின்னர் நாள் தோறும் காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒருபிடி அகத்திக்கீரையை மென்று தின்னச் செய்தல் வேண்டும். சரி வர மென்று தின்னவில்லையானால் பயன் தராது. இப்படி 1 வாரம் விட்டு 1 வாரம் மாற்றி மாற்றி செய்தல் வேண்டும். உணவிலும் வாரம் 1 முறை சாப்பிட்டு வருவது நல்லது அத்துடன் அகத்தியை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றை தலையில் தேய்த்து 1 மணி கழித்து தலை முழுகி வர இடு மருந்து வேகத்தால் உண்டாகும் மனக் கலக்கம், சித்தப் பிரமை, பயம், பயித்தியம் ஆகியவைகள் குணமாகி விடும்.

அகம் × தி × இலை — உடம்பின் உள்ளேயும்மன திலேயும் மூண்ட தீக்களை (வெப்பத்தை) தணிக்கக் கூடியது. மலச்சிக்கல் உள்ளவர்கள், வெய்யிலில் சுற்றி அலைபவர்கள், காபி, டீ பானங்கள் பருகி பித்தம் அதிகமான அன்பர்கள் மட்டும் அகத்தியை வாரம் 1 முறை உணவுடன் கொள்ள மிக்க பயன்தரும். மற்றவர்கள் மாதம் இரு முறை அகத்தியமாக அகத்திக் கீரையை உண்டு வரலாம்.

அகத்தியிலை மிகுந்த வீரியமும் சக்தியுமுடையது. ஆகையால் உபவாசம், விரதம் இருந்து முடிப்போர் முதல் உணவுடன் அகத்தியையும் சேர்ப்பார்கள். அகத்தியில் 63 வித சக்திகள் அடங்கியுள்ளதாக மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன. குறிப்பாக நம் நாட்டில் வைகுந்த ஏகாதசி விரதம் உண்ணா நோன்பு இருப்பதுடன் கண் விழித்தும் இருக்க வேண்டும். இங்கனம் இருந்த பின் உடலில் இருந்து இழந்த சக்தியை சரிகட்ட விரதம் முடிக்கும் போது உண்ணும் உணவின் முதல் கைப்பிடி அளவில் 100 வித சக்திகள் அடங்கி இருத்தல் அவசியமாம்! இது எப்படி முடியும்? ஒரு கைப்பிடி உணவில் நூறு வித சக்திகள் அடங்க வேண்டுமானால் கீழ்கண்ட பதார்தங்களை ஏகாதசி விரதமன்று அகத்தியமாகச் சேர்ப்பார்கள். (1)அகத்திக்கீரை 63, (2)சுண்டைக் காய் 30, (3) வாழைக் காய் 3, (4) கொத்தவரை 1, (5) அரிசி சோறு 1, (6) பருப்பு 1, (7) நெய் 1 ஆக இந்த 7 பொருட்களில் நூறு வித சக்திகள் அடங்கி விட்டதே! இவை யாவும் ஒரு சேர பிசைந்து ஒரு பிடி முதல் உணவாக உண்டு விரதம் முடிப்பவர்கள் இந்த விஞ்ஞான சகாப்தத்திலும் இருக்கதான் செய்கின்றனர் அல்லவா?

அகத்தி இலை ரசத்தால் மான் கொம்பு சுத்தி செய்து பற்பம் செய்வதும், அகத்திப் பூவின் ரசத்தால் அப்பிரகத்தை சுத்தம் செய்து செந்தூரமாக்குவதும், சித்த மருத்துவத்தின் அம்சம்

அகத்தியிலையைப் போலவே பூவிற்கும் குணம் ஒன்றே ஆயினும் இதன் வெண்ணிறமான பூவின் ரசம் புகைப் பழக்கத்தால் உண்டான சளி, கபம், பித்த ரோகங்களை போக்க வல்லது. இந்த நோய்களில் துன்பம் அடைபவர்கள் கீரையைச் சமைப்பது போல வாரம் இரண்டொருநாள் பூவையும், பருப்பையும் சேர்த்து உணவில் கொள்ள குணமாகும். ஆனால் புகைப் பழக்கத்தை நிறுத்தி வைப்பது அவசியம்,

மரப்பட்டையும், வேர்ப்பட்டையும் கஷாயமிட்டு குடித்து வரலாம். இதனால் பித்த சுரம், விடாத விஷ சுரம், தாகம், கைகால் எரிவு, மார்பு எரிச்சல், உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் எரிச்சல், சிறுநீர்க் கடுப்பு, மூத்திர தாரை எரிவு, தொத்து நோய்கள், அம்மை சுரம் ஆகியவைகளில் இந்த குடிநீர் கஷாயம் கொடுத்துவர நீங்கும்.

அகத்திக் கீரையை தானம் கொடுப்பது மிகவும் சிறப்புடைய செய்கையாகும். அதிலும் பசுக்களுக்குக் கொடுப்பதால் பூர்வ கரும வினைகள் யாவும் விலகும். மனிதப் பிறவியாய் பிறந்த நமக்கு நாள் தோறும் தவறாமல் செய்ய வேண்டிய கடமைகளில் இதுவும் ஒன்று. ஏழை, செல்வந்தர் எல்லோருக்கும் எளிது. இதனை:

“யாவர்க்கும் ஆம் இறைவர்க்கு ஓர் பச்சிலை
யாவர்க்கும் ஆம் பசுவிற்கு ஓர் வாயுறை
யாவர்க்கும் ஆம் உண்ணும் போது ஓர் கைப்பிடி
யாவர்க்கும் ஆம் பிறர்க்கு இன்னுரை தானே”

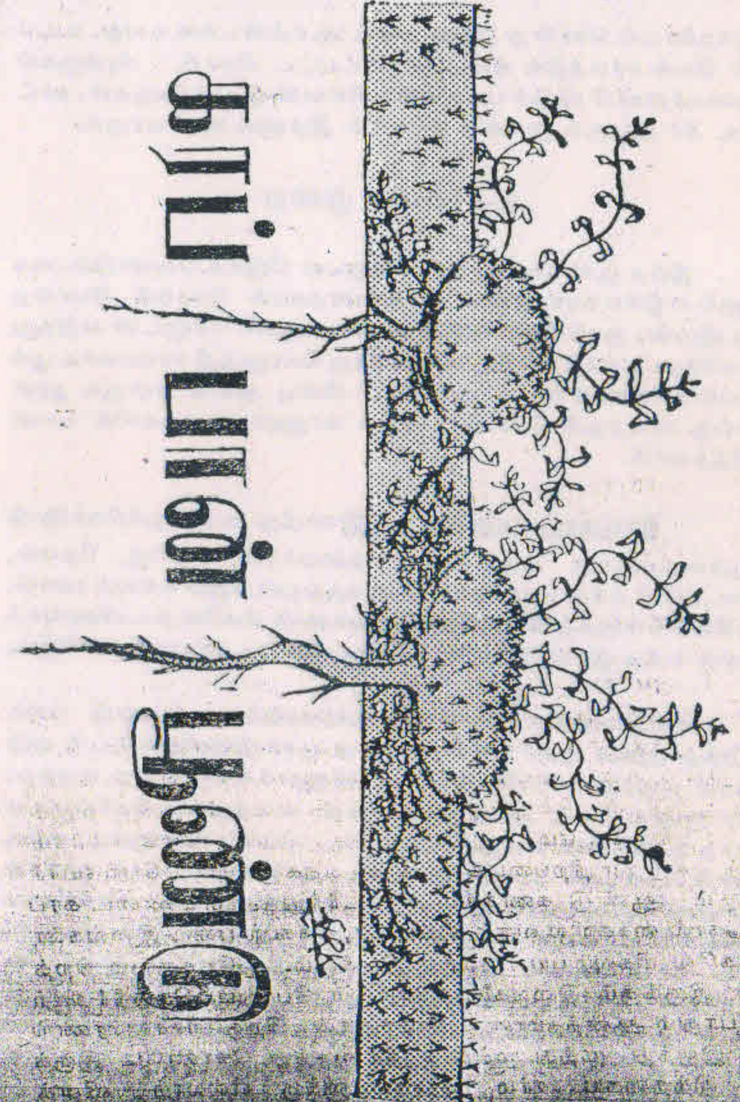
என்ற திருமூலர் பாடலால் அறியலாம். அகத்தியர் காலத்திற்கு முற்பட்டவர் திருமூலர் என்னும் சித்தர். தமிழ் மருத்துவமும், தமிழ் மொழியை வளர்த்தவருமான அகத்திய முனிவருடைய பெயரைத் தாங்கிய அகத்தி, முக்கியமானதும் ஆபத்துக் காலங்களில் முதன்மையானதுமாகி மனித சமுதாயத்திற்கு நற்பணி செய்து வருவது போற்றக் கூடிய விஷயமே! அல்லவா?



கரப்பான் பூண்டு என்ற ஓர்வித பூண்டு வகை மூலிகை உள்ளது. இதற்கு பஞ்சு பூண்டு என்றும் வழக்குப்பெயர், இப் பூண்டினம் வரண்ட வெளிகளிலும். கடினமான தரைகளிலும் சுண்ணும்பு சத்துள்ள கரம்பு நிலங்களில், மலைச்சாரல் ஆகிய இடங்களில் தன்னிச்சையாகவே வளர்ந்துவிடும். பொதுவாக இதனை கரப்பாணிப் பூண்டு என்றுதான் சொல்வார்கள்.

இப்பூண்டுக்கு ஆணி போன்ற ஒரே வேர் விட்டு பூமியின் மேல் ஆமை வடிவாக மங்கிய பழுப்பு நிறபஞ்சு போன்று சடை கிளம்பி அதிலிருந்து நாலாபக்கமும் சிறுகொடிகள் விட்டு அதில் ஜதை ஜதையான சிறு இலைகள் விட்டு வளரும். இந்த பஞ்சு போன்ற பாகத்தில் முட்களும் உண்டு. மழை, பனி காலங்களில் வளர்ந்து கோடை காலங்களில் பூமி வரண்ட போது பஞ்சு போன்ற சடைகள் தீபட்டு கருகி விட்டதுபோல தீய்ந்து போய் கருமை நிறமாக மாறிவிடும். மற்ற தாவரங்கள் வெய்யில் பட் டால் வாடிப்போகுமே தவிர தீய்ந்து கருகி விடாது. ஆனல் ந்த கரப்பான் பூண்டு முன் பிறவியில் என்ன பாபம் செய்த தோ வெய்யில் தீட்சண்யம் பொறுக்க முடியமல் தானகவே கரு கிவிடுகிறது. கற்புடைய மங்கையர்களை பழிபாபம் செய்யும் கய வர்கள் உடலும் இப்படித்தான் கருகி போகும்! ஒரு வேளை இப் படி சாபம் பெற்றது தானே என்னவோ இந்த கரப்பான் பூண்டு! சித்தர்கள் தான் இதற்கு விடை கூறமுடியும்.

இந்த கரப்பான் பூண்டும் மனித சமுதாயத்திற்கு மிகவும் உபயோகமாக இருப்பது குறிப்பிட தக்கது. இதனுல் பல மருத் துவப் பயன்கள் உள்ளன. முக்கியமாக உடலில் உள்ள மிகநுண் ணிய கிருமிகளை அழிக்கக் கூடியது. இரத்தத்திலும் நீரிலும் கலந்த நுண் கிருமிகளையும் கண்ணுக்குத் தெரியாத அளவுடைய



புழுக்களையும் கொன்று இரணத்தை ஆற்றிவிடக்கூடியது. உடம்பின் மேல் சர்மத்தில் கிளம்பும் நாட்பட்ட சொறி, சிரங்குகள் கருமைநிறமாகி விடும் படைகள், சில்வண்டு பூச்சிகடிகள், நாட்பட்ட நீர் ஒழுகும் இரணம் எல்லாம் இதனால் குணமாகும்.

உபயோக முறை

இந்த பூண்டை ஆணி வேருடன் பிடுங்க வேண்டும். கையினால் எடுக்க வராது. முள் குத்துமாதலால் கொக்கி போன்ற ஒரு இரும்பு குரடு கொண்டு தோண்டி ஆணி வேருடன் எடுத்து சேகரித்து உலர்த்தி நெருப்பு வைத்து கொளுத்தி சாம்பலாக பூக்காமல் கரியாக்கி விட வேண்டும். பின்பு அதை நன்றாக தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு கீழ்க் காணும் முறைகளில் பயன் படுத்தலாம்.

தேங்காய் எண்ணெயுடன் கலந்து வைத்துக்கொண்டு குழந்தைகளுக்கு வரும் சொறி நமைச்சல், சிறங்கு, தேமல், படை, சொறிந்து கொண்ட பிறகு ரத்தமும் நீரும் கசியும் ரணம். ஆகியவைகளுக்கு கோழிஇறகு கொண்டு மேலே தடவிவரலாம் தினம் 1 க்கு இரண்டுவேளை நான்குநாள் தடவகுணமாகிவிடும்.

சிற்றாமணக்கு நெய் (விளக்கெண்ணெ) இரண்டு பலம் எடுத்து அதில் அரை பலம் கரப்பான் பூண்டு தூளைபோட்டு அத்துடன் மருந்துகடையில் விற்கும் மிருதார்சிங்கி என்ற மருந்து, கால் ரூபாய் எடை அரைத்து கலக்கி வைத்துக் கொள்ளவும் தீராத குழிப்புண் வெடிப்பு, ரணம், பெரியோர்களுக்கு வரும் சொறி சிறங்குகள் மேகரோக படை ஊரல்கள், மேக காரிகம் என்னும் கருமை நிறபடைகள் குழந்தைகளுக்கும், பெரியோர்களுக்கும் ஆண்டு கணக்கில் தொடர்ந்து வரும் மண்டை கரப்பான், கால் கைகளில் வரும் கரப்பான், கக்கூஸ் படை இவைகளை பார்க்கவே மிகவும் பயங்கரமாக இருக்கும். ஒரே கருமை நிறத்துடன் இருக்கும் இவைகளை சொறியும் போதும், வெந்நீர் ஊற்றும் போதும் ஆனந்தமான உணர்வுதான். பிறகுஎரிச்சலும்ரணங்களில் இருந்து முத்து முத்தாக நீர் வடிந்து கொண்டே இருக்கும். இத்தகைய சர்ம ரோகங்களுக்கு எல்லாம் விளக்கெண்ணெ கலந்த கரப்பான் பூண்டு மேலே தடவிவர யாவும் குணமாகி விடும். இந்த சிகிச்சை மேல் தடவும் மருந்துதானே

ஒழிய உள்ளுக்குச் சாப்பிடக்கூடாது. இப்படி மேல் தடவும்
சிகிச்சை செய்யும் போதும், மாமிச உணவுகளான பச்சை மீன்
உலர்ந்த மீன், முட்டை முதலான உஷ்ண சம்மந்தமான சில
பொருள்களை நீக்குதல் அவசியம். சர்ம ரோகங்களில் சில
மிக நாள்பட்டு போய் உடலில் ஆழ்ந்து வியாபித்தவர்களுக்கு
இச்சிகிச்சை பலன் தராது. உள்ளுக்கும் வேறு பல மருந்து
களால் சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும்.

கொடி, இலையின் உபயோகம்

கரப்பான் பூண்டின் கொடி இலை ஆகியவைகளைத் தனி
யாக எடுத்து அதனுடன் சம அளவு தொட்டாற் சிணுங்கி
இலையும் சேர்த்து அரைத்து புண், புரைகளுக்கு வைத்து கட்
டலாம். இச் சிகிச்சை புற்று நோய் ரணங்கள் மேலே சர்மங்
களில் காணும் போதும் கட்டிவர, நுட்புழுக்களையெல்லாம்
அழித்து ரணத்தை ஆற்றிவிடும்.

மேல் கண்ட இரண்டு இலைகளையும் சுத்தமாக்கி உலர்த்தி
இடித்து சன்னமான தூளாக்கி வைத்துக்கொண்டு மூக்குப்
பொடி போடும் அளவு எடுத்து தேனில் குழைத்து தினம்
இரண்டு வேளை சாப்பிட்டுவர, வாத நோய்கள், கபம், மலச்
சிக்கள், மூத்திரத்தாரையின் குற்றங்கள், சிறுநீர் தடை ஆகி
யவைகள் விலகி தேகத்திற்கு உறம் பெறவும், உடலில் உள்ள
கிருமிகளை கொள்ளவும் செய்யும். உஷ்ணமாக இருப்பின்
இவை வெந்நீர் அல்லது பாலில் கொள்ளவேண்டும்.

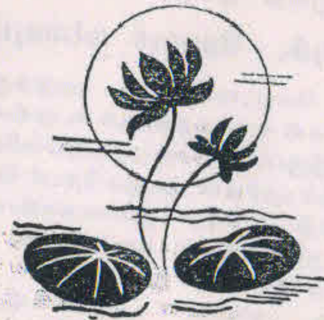
கரப்பான் பூண்டும், தொட்டாற் சிணுங்கியும் விஷ நிவா
ரண மூலிகைகள். எனவே இந்த இரண்டின் வேர்களையும்
போதுமான அளவு சமஎடை எடுத்தலர்தி இடித்து தூள் செய்து
ஓர்புட்டியில் பத்திரப்படுத்தி வைத்துக்கொள்ளவும்.

சிலந்தி கடி
கருவண்டு கடிகள், பலவித பூச்சிகளும். பூச்சி பூராண்
விடங்கள் செவ்வண்டு, கொள்ளுப் பூச்சி முதலிய குடைச்
செய்யான், தேள் கடிவிடங்களால் உடலில் நமைச்சல்
சல் வலி எடுத்து கொட்டின இடத்தில் தழும்புகள், கருமை நிற
மாகி விட்ட சமயம் இத்தூளை மூன்று சிட்டிகை எடுத்து வாயி
லிட்டு வெந்நீர் குடிக்கவேண்டும். இப்படி தினம் ஒன்றுக்கு
மூன்று முதல் நான்கு முறை செய்யவும் கருமை நிற தழும்புகள்
மறையும் வரையிலும் செய்யலாம்.

கரப்பான் பூண்டு வெய்யிலின் கொடுமை தாளாமல் கருகி விடுகிறது. இந்த கருமை நிறமானது "பல பாபச் செயல்களை செய்து உடலை கருமை நிறமாக்கிக் கொண்ட, ஏ! மானிடர்களே என்னைப் பாருங்கள்! என்னை போல் கருகி விடும் தவர இனங்கள் கிடையாது. எந்த வினையோ எம்மை கருமையாக்கி விட்டது! உங்கள் திருவிளையாடல்களால் விளைந்த கருமை நிற சர்ம ரோகங்களைப் போக்க எனக்கு சக்தியுள்ளது" என்பதை நமக்கு சொல்லாமலே உணர்த்துவது போன்று தோற்றமளிக்கின்றன.

நீர் ஒழுகும் கரப்பான் ரோகங்களில் இந்த கரப்பான் பூண்டை நினைவு கொள்ளுங்கள்!

* * * * * *



அரிவாள் மணைப் பூண்டு

அரிவாள் மணைப் பூண்டு என்பதும் முன்பு குறிப்பிட்ட கரப்பான் பூண்டு போல சிறு கொடியினத்தை சேர்ந்தது. பொதுவாக இது மழை, பனி காலங்களில் மிகச் சுலபமாகவே கிடைக்கக்கூடிய பூண்டு. ஒரு கால் கரப்பான் பூண்டாவது சில இடங்களில் கிடைக்காமல் போகலாம். ஆனால் இது நம் நாட்டில் எங்கும் தன்னிச்சையாகவே வளரக் கூடியது. கீழாநெல்லி, குப்பைமேனி, அம்மான் பச்சரிசி இவைகள் வளரும் காலங்களில் இந்த அரிவாள் மணைப் பூண்டும் கலந்து காணப்படும். இதன் உருவ அமைப்பு ஏறத்தாழ வேப்பிலையின் சாயலை ஒத்ததாக இருக்கும். சுமார் ஒரு அடி உயரத்திற்கு வளரும். இலை நீண்டு ஓரங்களில் அரிவாளுக்கு இருப்பதைப் போல் பற்கள் இருப்பதால் இதற்கு 'அரிவாள் மணைப் பூண்டு' என்ற பெயர் ஏற்பட்டிருக்கலாம். தமிழகத்தில் சில இடங்களில் இதை "அரிவாள் மூக்கு பச்சிலை" என்று கூறுவதுண்டு.

இதுவும் சித்தர்கள் பார்வைக்கு இலக்கான மூலிகை! ஆங்கிலத்தில் கூட இதை 'சித்தா ரோம்பைடா' என்று கூறுவர் சித்தர்கள் வாத சித்தி அடைவதற்கு இம்மூலிகையைப் பயன்படுத்தியதாக பண்டைய நூற்களிற் காணக்கிடைக்கிறது. கிராமங்களில் இதனை வெட்டு காயங்களுக்கும், அடிப்பட்டு சதைக் கிழிந்து இரத்தம் பீறிட்டு வரும் சமயத்திலும் எந்த மருத்துவமனையை நாடுவார்கள்? அதை நிறுத்த இந்த பச்சிலையை கசக்கி காயத்தின் மேல் பிழிந்து வைப்பார்கள். காயங்களையும் ரணங்களையும் விரைவில் ஆற்றக் கூடிய பச்சிலைகளில் இதுவும் ஒன்று, இதை உள்ளுக்கு மருந்தாக கொடுக்கும் பழக்கம் மிகப் புராதன காலத்தில் இருந்து வந்தன என்றாலும், ரத்த நாளங்களிலிருந்து அடிபட்டு பீறிட்டு வரும் இரத்தத்தை உடனடியாக நிறுத்துவதில் சிறப்புடைய மூலிகை.

விஷக் கடிகளுக்கு

பாம்புக்கடி, எலிக்கடி மற்றும் நீண்ட பற்களையுடைய
விஷ சம்பந்தமான ஜந்துகளின் கடிகளுக்கு அரிவாள்மணைப்
பூண்டு, குப்பை மேனி இரண்டையும் சம அளவு எடுத்து அதனு
டன் வெள்ளைப் பூண்டு 2, மிளகு 3 சேர்த்தரைத்து உள்ளுக்கு
ஒரு புன்னைக் காயளவு கொடுத்து மேலுக்கும் கடியுண்ட இடத்
தில் வைத்துக் கட்டிவர விடம் முறிந்து போகும். பத்தியம்:
உப்பு, புளி நீக்க வேண்டும்.



ஒற்றைத் தலைவலி நீங்க

அரிவாள் மணைப் பூண்டு இலை மட்டும் வேண்டிய அளவு
சேகரித்து அதனுடன் சுக்கு சேர்த்து அரைத்து ஒற்றைத் தலை

வலி உள்ளவர்களுக்கு மேலே பற்று போட்டு சிறிதளவு நெருப்
பனல் காட்ட ஒற்றைத் தலைவலி உடனே நீங்கும்.

நீர் ரோகங்களுக்கு

ஒரு சிலர் கிராமங்களில் இதனை நீரிழிவு சம்பந்தப்பட்ட
வியாதிகளுக்கு வேப்பிலைப் போலவே காலையில் வெறும் வயிற்
றில் சிறிதளவு எடுத்து மென்று தின்று பத்தியம் காத்து நீரிழிவு
வியாதியை மிக எளிதில் போக்கிக் கொண்டதாக கர்ண பரம்ப
ரை வழக்கு . வேப்பிலை போல் இது அடிக்கடி பயன்படா விட்
டாலும் கூட இதனை மிகத் தீவிர வியாதிகளில் சமயோசிதப்படி
உள்ளுக்குக் கொடுத்து குணப்படுத்திக் கொள்ளுவது கிராம
மக்களின் வழக்கங்களில் ஒன்று.

அரிவாள் மூக்கு பச்சிலையை எந்த நேரத்திலும் நினைக்கா
விட்டாலும் கூட காயம் பட்டு இரத்தம் பெருகி ஓடும் போதும்
பெருச்சாளி, எலி, பாம்பு ஆகியவைகள் கடித்த போதும்
நினைவுக்கு கொண்டு வருவது இன்றியமையாததாகும்.

பச்சிலையும், வேலூர் மலையும்

வேலூர் மலைக் கோட்டையிலும், அடுத்துள்ள மலைத்
தொடர்களிலும் சித்தர்கள் வாழ்ந்ததாகக் கூறுகின்றனர். இன்
றும் அங்கு சித்தர்கள் இருப்பதாக பலரது அபிப்பிராயம். இங்கு
பாலமதி என்ற இடத்தில் புராதன ஆஞ்சநேயர் கோயில் ஒன்று
உள்ளது. இதைச் சுற்றி அனேக மூலிகைகளைக் காணலாம்.
வேலூரில் உள்ள மருத்துவர்கள் மூலிகைகள் தேட அங்கு
செல்வது வழக்கம். அரிவாள் மூக்குப் பச்சிலை இங்கு ஏராள
மாகக் காணப்படுகிறது. அங்குள்ள சித்தர்கள் ஆஞ்சநேயர்
கோயிலைக் கட்ட இப்பச்சிலைகளை பயன் படுத்தி இரசவாதம்
செய்து கோயில் திருப்பணி செய்ததாக அங்குள்ளோர்களின்
கூற்று. இப்படி சித்தர்களின் தொடர்பு கொண்டுள்ள அரிவாள்
மூக்கு பச்சிலை மிகுந்த மருத்துவப் பயன் உள்ளது குறிப்பிடத்
தக்கது.

"வெட்டுக் காயத்தை விரைவில் உலர்த்தி விடும்
துட்டக் கடு வோட்டுந் தோன்றி மிகக்-கெட்ட
பிரி வாற்றலையைப் பிளக்கும் வலி நீக்கும்
அரிவாள் மூக்குப் பச்சிலை ."

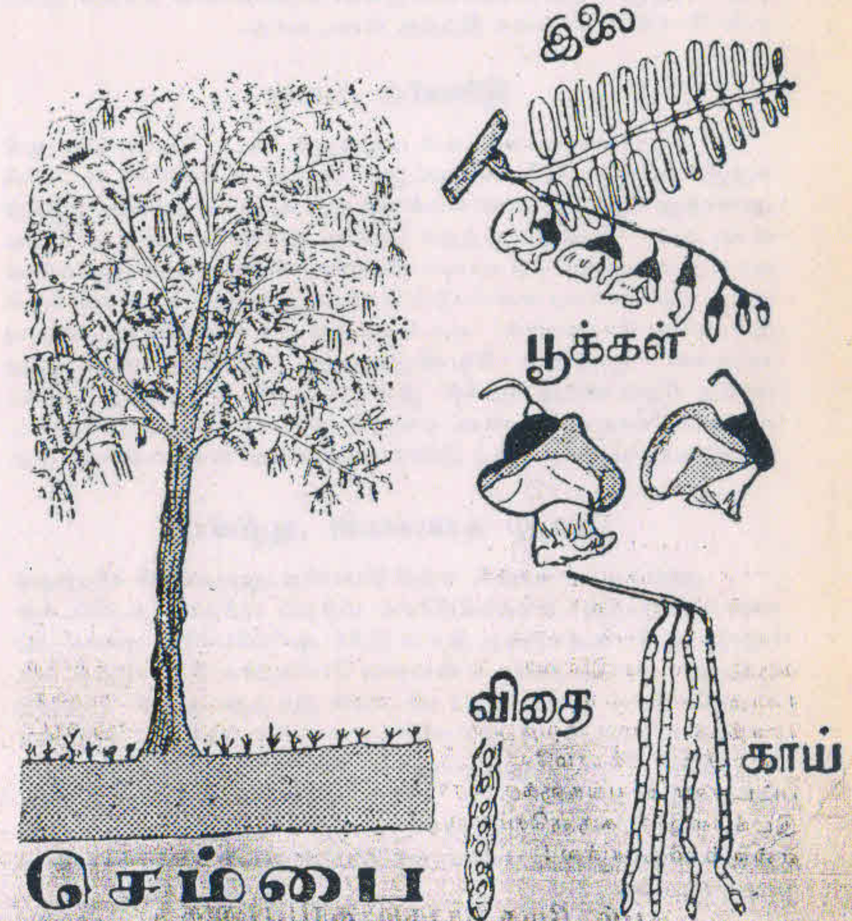
செம்பை

செம்பையைத் தெரியுமா உங்களுக்கு? யாருக்குத் தெரியா விட்டாலும் இந்தசங்கீதப்பிரியர்கள் இருக்கிறார்களே! இவர்களைக் கேட்டால் தெரியுமே! இன்றைக்குத்தான் செம்பை புரோகிராம் நாளைக்கு செம்மங்குடி! அதற்கு அடுத்தநாள் சீர்காழி இப்படியாக அடுக்கி கொண்டே போவார்கள். ஆனால் இங்கு குறிப்பிட்டது சங்கீதசெம்பையை அல்ல மூலிகை செம்பை பற்றிதான்!

இந்த செம்பை அகத்தியினத்தை சேர்ந்த ஓர் சிறுமர வகுப்பு. சிறுசெடியாகவுமிருக்காது. பெருமரமாகவும் வளராது நாடு, காடு எங்கும் நிறைந்துதன்னிச்சையாக வளரக்கூடியது இதன் இலைகள் ஏறத்தாழ புளியஇலை போன்றே இருக்கும். இம்மாதிரி உள்ள இலைகளை உடைய மூலிகைகளுக்கெல்லாம் ஓர் விசேஷ சக்தி இருக்கத்தான் செய்கிறது. இந்த செம்பை இனத்திலே மூன்று விதமுண்டு. (1) மஞ்சள் பூவையும் (2) சிகப்பு நிறமுடைய பூவையும் (3) கருமை நிறமாகி நடுவில் மஞ்சளும் கலந்து காணும். இந்த செம்பைக்கு கருஞ் செம்பை என்று பெயர். இந்த கருஞ்செம்பைக்குத்தான் விசேஷ குணமும் சக்தியும் உள்ளதாக மருத்துவ நூல்கள் கூறு கின்றன. இதன் பூக்கள் அகத்திப் பூவைபோல் ஆனால் வடிவில் சிறியனவாக இருக்கும். தும்பைப் பூவைப் பார்த்திருக்கிறீர்களா? அதுபோல ஒரே இதழ் அகலமாக விட்டு அதன் கீழ் ஒருமொட்டும் இருக்கும். இதழின் ஓரங்களும் மொட்டும் கருமை நிறமாகி உட்புறம் மஞ்சளும் அதற்கடுத்தபடி சிகப்பும் காணும். மலராத மொட்டுக்கள் சுத்த கருமை நிறமாகவே இருக்கும். இதன் காய்கள் கராமணி காய்கள் போல நீண்டு மெல்லியதாக ஒரு சான் அளவுக்கு மேலாக வளரும். உலர்ந்தபின் அதனுள் விதைகள் சலசலவென்று ஒலிக்கும். பார்வைக்கு அலங்காரமான தோற்றமளிக்கக் கூடியது கருஞ்செம்பை.

குணமும் செய்கையும்

இலை, பூ, காயின் விதை, வேர் யாவும் மருத்துவப் பயன் உள்ளது. இம் மூலிகை செய்கையில் பூனை வணங்கி என்னும் குப்பைமேனிக்கு சமமாக ஒப்பிடலாம். பொதுவாக உடலுக்கு



உஷ்ணத்தைக் கொடுத்து, புழுக்களையும் நுண்கிருமிகளையும் அழித்து உடலைத் தூய்மையாக்கும். மேக ரோக நிவாரணி சிறுநீரைப் பெருக்குவதில் நெருஞ்சில் போன்றது. வீக்கங்களைக்

கரைத்து ரணத்தை ஆற்றுவதில் வேப்பிலை, உத்தாமணி ஆகியவை போன்றது. மாதவிடாய் கோளாறுகளான உதிரச்சிக்கல், மிகு உதிரப்போக்குகளை சரிசெய்து வாய்வுகட்டிகள், காயம் ரணங்கள், முதலியவைகளையும் ஆற்றிவிடும் ஆற்றல் படைத்தது. ஆனால் குப்பைமேனிக்குள்ள கடுமையான வாந்தி குமட்டல் போன்ற செய்கை இதற்கு கிடையாது.

இலையின் பயன்

சீழ் கொண்ட கட்டிகள் பழுத்து உடைய வேண்டுமானால் கருஞ்செம்பை இலையை மட்டும் உருவி தண்ணீர் விடாமல் அரைத்து சீழ்கட்டிகளின் மேல்வைத்து கட்டிவர அவை பழுத்து உடையும். மீண்டும் சுத்தம் செய்து இரண்டோரு தரம் கட்டிவர உள்ளிருக்கும் சீழ் யாவும் வெளியாகி கட்டிகள் ஆறிப்போகும். அரையாப்பு எனப்படும் தொடைவாழைக் கட்டிகளுக்கும் இப்படியே செய்யலாம். உடலெங்கும் ஓடிக்கட்டும் ஓடுவாய்வு கட்டிகள் குணமாக வேண்டுமானால் இந்த இலையை ஆமணக்கு நெய் விட்டு வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் வைத்துக்கட்ட வராமல் போகும் ரத்தக்கட்டிகளும் உடையாமல் அமுங்கிவிட வேண்டிய கட்டிகளுக்கும் இலையைவதக்கிதான் கட்டவேண்டும்

வெட்டு காயங்கள் ஆறிவிட

அடிப்பட்ட காயம், கத்தி போன்ற ஆயுதங்கள் விபத்துக்களால் ஏற்படும் சதைக்கிழிச்சல் மற்றும் புதிதாக உண்டான ரணம் ஆகியவைகளுக்கு இதன் இலை ஆச்சரியமான குணம் தரவல்லது. காயம், ரணம் எவ்வளவு பெரியதாக இருப்பினும் சரி, கருஞ்செம்பை இலையை நீர் விடாமல் இடித்து அதன் சாற்றை ரணத்தின் மேல்விட்டு, இலைகளை ஆமணக்கு நெய்விட்டுவதக்கி ரணத்தின் மேல் வைத்து கட்டிவிட இரண்டுமுதல் நான்கு நாட்களில் சீழ் பிடிக்காமலேயே ரணம் பூராவும் ஆறிவிடும்! அடிபட்ட ரண காயங்களுக்கு கிராமங்களிலும் மருத்துமனை இல்லாத இடங்களிலும் கருஞ்செம்பை ஓர் இயற்கையின் வரப் பிரசாதம் என்றால் மிகையல்ல !

கபம், மேக ரோகம், கரப்பானுக்கு

இலையைச் சுத்தமாக்கி இடித்து அரை முதல் 1 சங்களவு வயதுக்கு தக்கபடி உள்ளுக்கு கொடுக்க உடலில் சீழ்பிடிக்கும்

தன்மை மாறி ரத்த சுத்தியுர், கரப்பான் மேக ரோக கிருமிகள் கப நோய்கள் விலகுவதுடன் சிறு நீரைப் பெருக்கித் தள்ளவும் மலத்தையும் இளக்கி விடுகிறது.

"விப்புருதி புண்ணுறும் வீறுகரப்பானும் போம்
தப்பாமல் மேகந்தணியும் காண்-வெப்பார்
கபரோக மெகுங் கருஞ் செம்பை யொன்றுக்
கிபமா முகன் தன்னை எண் "

வாத நீர் கட்டும் வீக்கங்களும் கரைய

அவயவங்களில் கை,கால், மூட்டுகள். தொடைஇடுக்குகள் (அரையாப்பு) கண்டமாலை என்று கழுத்தை சுற்றிவரும் கழலைக் கட்டி, கைசந்திகள் (அக்குள்) விரையில் காணும் வீக்கம் ஆகிய இடங்களில் வாத நீர் தங்கி வீக்கமாகி கடின தன்மையாகி உடையாமலும், அழுந்தாமலும் அவதி படுபவர்கள் நாள் தோறும் இரவுநேரங்களில் படுக்கும் சமயம்தவறாமல் ஆமணக்கு நெய்யில் வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் வைத்துக் கட்டி வாருங்கள்! முருகன் அருளால்இவைகள் இருந்த இடந்தெரியாமல் மறையும்

பெண்மணிகளுக்கு

இதன் இலைச் சாற்றை 1 அவுன்ஸ் அளவு காலையில் வெறும் வயிற்றில் உள்ளுக்கு கொடுக்க வாய்வு காரணத்தால் தடைப்பட்ட மாதவிடாய் வெளியாகும். வயிற்றிலுள்ள பூச்சிகள் கிருமிகள் மலத்துடன் வெளியாகும்.

சொறி சிறங்கு, சர்ம புண்களுக்கு

கருஞ்செம்பை இலை, குப்பைமேனி இலை சமமாக தினமும் எடுத்து அதனுடன் சிறிது உப்பும் சேர்த்து அரைத்து கை, கால் உடல் முழுவதும் பரவி தொல்லை கொடுக்கும் சீழ்பிடித்த சிறங்கு கள் படையாக கிளம்பும் சொறி ஆகியவைகளுக்கு தடவி 3 மணி நேரம் கழித்து குளித்துவர விரைவில் குணமாகிவிடும். இந்த சிகிச்சை செய்யும் போது உள்ளுக்கு ஊசி, மாத்திரை போன்ற ஆங்கில மருத்துவம் செய்தல் பயன் தராது. சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரையில் பயமின்றி செய்யலாம்.

பூவின் உபயோகம்

ஓர் நீண்ட இரும்புக்கரண்டியை அடுப்பிலே காயவைத்து தட்டி அதில் சுத்தமான நல்லெண்ணெ விட்டு பத்து கருஞ்செம் பை பூவையும், சிறிய துண்டு கஸ்தூரிமஞ்சளும் சாம்பிராணியும் போட்டு கொதிக்க காயவைத்தால் எண்ணெ பொங்கி வரும். அதுசமயம் வெளி எடுத்து கீழே ஒரு பாத்திரத்தை வைத்து கரண்டியை ஆற விட்டு கை பொறுக்குமளவு சூடு தணிந்தவு டன் தலை உச்சியில் வைத்து அறக்கி தேய்த்து தட்டி விட்டு பின் அரை மணி கழித்து தலைமுழுகவும். இப்படியே இரண்டு அல்லது ஒரு முறை வாரந்தவருமல் செய்துவர, தீரா தலைவலி, சன்னி, (வாத இழுப்பு, கப இழுப்பு) சலதோசம், கபாலக்குத்து குடைச்சல் வலி, நாள்பட்ட பீனிச ரோகம், தலைபாரம், மண் டையில் நீர் ஏற்றம், கழுத்து நரம்பு வலி, சூதக ஜன்னி, கண், காது மூக்கு சம்மந்தப்பட்ட ஆரம்ப தொல்லைகள் யாவும் தீரும். பொதுவாக கழுத்துக்கு மேல்பட்டுவரும் நோய்களை நீக்கவல் லது. இம்முறை இன்றும் சில இடங்களில் பழக்கத்தில் இருந்து வருகிறது. இதனாலேயே பல வீடுகளில் இந்த மூலிகையை வைத்து வளர்ப்பார்கள். இந்த பூ கிடைக்காதவர்கள் சேகரித்து எடுத்து உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு வேண்டும்போது பயன் படுத்தலாம்.

மரப் பட்டை

பட்டைகளை மட்டும்]உலர்த்தி இடித்து மெல்லியதூளாக்கி வைத்துக் கொண்டு தினம் காய்ச்சிய பாலுடன் 15 அரிசி எடை சாப்பிட கெட்ட ரத்தம் சுத்தியாகும். மலச்சிக்கலை போக்கும். உடலுக்கு உஷ்ணத்தையும் பலத்தையும் தரும். நமைச்சல், சொறி சிறங்குகளுக்கு இதை உள்ளுக்கு உபயோகம் செய்து நற் பயன் பெறலாம்.

விதைகள்

கருஞ்செம்பையின் உலர்ந்த காயின் உள்ள விதைகள்சிறு பயறை விட சிறியது. இதை ஊறவைத்து அறைத்து 1சுண்டைக் காய் அளவு உள்ளுக்கு கொடுத்துவர, அளவுக்கு மீறியும் 20 நாளுக்கொருதரம் மாதவிடாய் கண்டு உதிரம் பெருக்கு ஆகும் மாதர்களுக்கு ஷெ தொந்தரவை நிறுத்தி சரியாக்கும். பெரும் பாடு என்று சொல்லப்படும் சதா உதிரம் போவதையும் தடுத்து

நிறுத்தி விடும். வயிற்றுக் கோளாறு சம்மந்தமான அஜீர்ண பேதி, உஷ்ணபேதிகளையும் நிறுத்தும் கட்டிகளை உண்டாக்கா மல் தடுக்கும்.

மூலிகை இனங்களில் கருமை நிறம் ஏதாகிலும் ஓர் உறுப் பில் இருப்பவைகளுக்கு, விஷ நீர்களையும், மேகரோகங்களையும் கண்டிக்கும் குணம் உண்டு என்பதை தெரிந்து வைத்தல் அவ சியமாகும். விஷக்கடிகளுக்கு கரப்பான் பூண்டைப் போலவே இந்த க ஞ் செம்பையும் உபயோகமாகிறது.

வேர்

இதன் வேரையும் விதையையும் சம அளவாக உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு தேள், குளவி, பூரான், தேனி, சிறுபாம்பு மரவட்டை கடிகளுக்கு 20 முதல் 30 அரிசி எடை உள்ளுக்கு கொடுத்து கனமான வேர் துண்டு எடுத்து வெந்நீரில் கல்மேல் உறைத்து, அதை கடிவாயில் தடவி நெருப்பனல் காட்ட விஷம் முறிந்து வலி சாந்தமாகிவிடும்.

வேரில் வசிய மை

வாசகர்களே! மருதோன்றி, எருக்கன், பூனை வணங்கி தொட்டால் சிணுங்கி ஆகியவை போன்ற இந்த கருஞ் செம்பை யும் வசிய மூலிகையாகும்! என்று சொன்னல் நீங்கள் ஆச்சர்ய படுவீர்கள். ஆமாம் இந்த மூலிகைக்கு குறிப்பிட்ட கிழமையில் முறைபடி கன்னிப்பெண் நூற்ற நூல் காப்பு கட்டி உரு செபித்து தூப தீப நைவேத்தியங்களை செய்து எடுத்து குழித்தைலம் இறக்கி வைத்துக்கொண்டால் ஜெகமெல்லாம் வசியமாகும்.

“ஆமப்பா கருஞ்செம்பை மூலியைத் தான்
அடக்கமுடன் கன்னிநூலால் காப்புக் கட்டி
போமப்பா உருசெபித்து வேரை வாங்கி
பெருமையாய் குழித்தைல மிறக்குவாயே”.

இப்படி செய்வது எல்லோர்க்கும் எளிதல்ல! என்ருலும் கருஞ்செம்பையைவீடுகளில் வளர்த்துதினமும் அவைகளை பூஜிப் பதால் குடும்பத்தில் சுபிட்சம் நிலவும் என்பதனை திடமாக நம் பலாம். அத்துடன் இந்த மூலிகை இல்லத்தில் இருக்கும்போது ஓடு வாய்வு கட்டிகள் அடிப்பட்ட ரணம் புண் புரை மேகம் கபம் தலைவலி ரோகம், மாத விடாய் பெரும்பாடு, விஷக்கடி ஆகியவை வந்தபோது மருத்துவ சாலையை நாடி போகவேண்டி யதில்லை அல்லவா? நினைத்துக்கொள்ளுங்கள் கருஞ்செம்பையை!

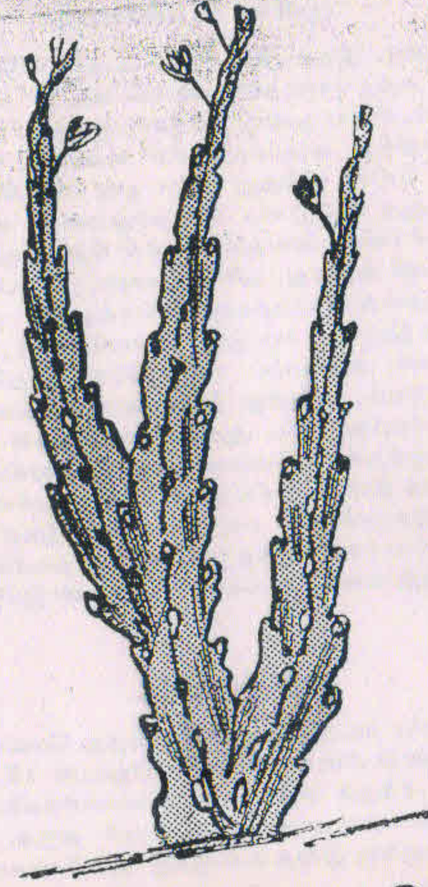
கள்ளி முளையான்

கள்ளி முளையான் என்பதும் ஒரு நல்ல மூலிகையாகும். இதற்கு கள்ளி என்ற பெயர் வந்ததே ஒழிய கள்ளி இனத்தைச் சார்ந்தது அல்ல. கள்ளி இனத்தைச் சேர்ந்தது போலவே முளை விட்டு வளருவதால் இதற்கு ஒருவேளை கள்ளி முளையான் என்று பெயர் வந்ததோ என்னவோ! கள்ளியினத்தில் விஷத் தன்மையும் கெடுதல் குணமும் இருப்பதால் உணவுப் பொருள் களாகச் சேர்ப்பது வழக்கமில்லை. ஆனாலும் இந்த கள்ளி முளையானை நாட்டு மக்கள் விரும்பி உண்ணும் உணவுடன் பதார்த் தமாக சேர்ப்பது வழக்கில் உள்ளது. எனவே இந்த கள்ளி முளையான் கடும் விஷத்தன்மையுடைய கள்ளியினத்தைச் சேர்ந்ததல்ல என்று மட்டும் நிச்சயமாக நம்பலாம்.

கள்ளி முளையானும் பார்வைக்கு ஏறத்தாழ பிரண்டை யைப் போலவே நான்கு பட்டையாக இருக்கும். ஆனால் பிரண்டைக்குள்ள கணுக்களும் இலைகளும் இதில் காணமுடி யாது. சிவந்த நிறமும் சாம்பல் பூத்த இதன் தண்டுகளின் முனை யில் சிறிய காம்புகள் விட்டு அரும்புகள் விடும் அது மலர்ந்ததும் செக்க சிவப்பு நிறத்துடன் பூத்து உதிரும். இது உதிர்ந்த இடம்தான் பிறகு முளை முளையாக கணுக்கள் போல தோற்ற மளிக்கும். பொதுவாக கள்ளி முளையான் கரம்பு நிலம், தரிசு நிலம், வரண்ட மலைச்சாரல்கள், குத்துச்செடி காடுகள் ஆகிய இடங்களில் கரப்பான் பூண்டு போல அரிதாக காணும். இந்த கள்ளி முளையான் பார்வைக்கு சாம்பல் பூத்த செந்நிறமாக இருக்குமே ஒழிய ஒடித்தால் பச்சை நிறமாக இருக்கும். சுவைத்துப் பார்க்க முதலில் கைப்பு ருசியையும், புளிப்பு, சிறு காரமும் இறுதியில் இனிப்புச் சுவையும் உடையதாக இருக்கும். ஆக இந்த கள்ளி முளையான் கைப்பு, காரம், இனிப்பு சுவை களை உடையதாகிறது.

பொதுக் குணம்

குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, உமிழ்நீர் பெருக்கி, அஜீரணத்தைப் போக்கி செரிப்புண்டாக்கும். பசித்தூண்டிவிடும். உடலை உரம்



"கள்ளி முளையான்"

பெறச் செய்யும், குமட்டல், வாந்தி, வாய் அருசி ஆகியவை களை நீக்கும், நீர் தாக வேட்கையையடக்கும்.

கள்ளி முளையானைக் கொண்டுவந்து சிறுதுண்டுகளாக்கி நல்லெண்ணெய் விட்டு வதக்கி உளுந்து, இஞ்சி, கொத்தமல்லி, மிளகு, சீரகம், சிறிது புளி உப்பும் சேர்த்து துவையலாக்கி சாப்பாட்டில் சேர்த்துக்கொள்வது நமது நாட்டின் வழக்கம். இதனால் மேல் குறிப்பிட்டவைகள் நீங்கி உடல் நலம் பெருகு வதுடன் சாப்பாட்டைக் கண்டாலே வெறுப்புணர்ச்சியும் வேதனையும் படுபவர்கள் கலியுக உண்டோதரராகிவிடுவார்கள். சந்தேகமேயில்லை. கள்ளி முளையான் கிடைத்தால் செய்து பாருங்கள்!

ஒரு சமயம் யான் பற்பாடகம் என்ற மூலிகை பற்றி எழுதியபோது வழிநடைப் பயணம் செல்லும் கிராமவாசிகள் பற்பாடகத்தை வாயிலிட்டு மென்றுகொண்டே போவார்கள் என்று குறிப்பிட்டது வாசகர்களுக்கு நினைவிருக்கலாம். அது போலவே இந்த கள்ளி முளையானையும் கிராம மக்கள் வழிநடை பயணத்தின்போது எடுத்து வாயிலிட்டுக்கொண்டு போவார் கள். இதனால் நீர் வேட்கை உண்டாகாமலும் களைப்பு ஏற் படாமலும் இருக்குமாம். இதுபோல நல்ல வெய்யில் காலத்தில் ஆவாரைச் செடியையும் பிடுங்கி தலையில் வைத்துக்கொண்டு வழிநடைப் பயணம் செய்வது உண்டு. இதனால் உஷ்ணம் மண்டையைத் தாக்காமல் இருக்குமாம். அதுபோல கள்ளி முளையான் துவையல் உஷ்ணத்தை நீக்கி குளிர்ச்சியைத் தரும் என்பதை திடமாக நம்பலாம்.

கள்ளி முளையான் புளிப்பால் வாத நோய்களும், கைப்பு ருசியால் பித்த பிணிகளும், இனிப்பு ருசியால் சிலேத்தும நோய் களும் விலகும் என்பதை நமது பழம்பெரும் சித்தர் வாகடநூல் தெளிவாக்குகின்றது.

"வாய்க்குப் புளித்திருக்கும் மன்பசியை யுண்டாக்கும்
ஏய்க்குமுடற் வாதத்தையும் ஏறுபித்தம் - சாய்க்கும்
தெள்ளிய இன்பமொழி தெய்வ மடவினமே!
கள்ளி முனையான் அருந்திக் காண். (கும்பமுனி)

கள்ளி முளையானுக்கு சில இடங்களில் கிராமவாசிகள் களையா முளையான் என்றும் செம்பரெட்டை என்றும் சொல்வ துண்டு. இதன் ஆங்கிலப் பெயர் 'ஸ்டாப்பிலியா வெர்காட்டா' என்பது. கள்ளி முளையானை நன்கு தெரியாதவர்கள் வேறு எதையாவது கள்ளி இனத்தைப் பயன்படுத்தி உடம்புக்கு கெடு தலைத் தேடிக்கொள்ள வேண்டாம்!

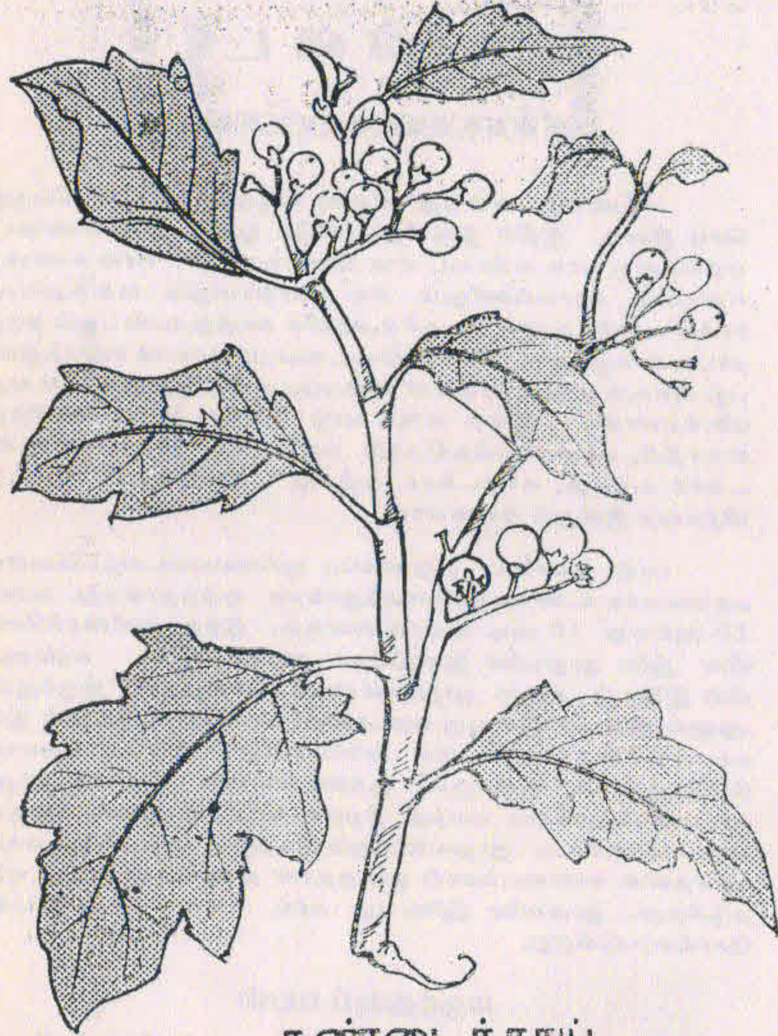
சுண்டை

சுண்டை என்பது சிறுமர வகுப்பைச் சார்ந்த பெருஞ் செடி இனம். இதில் இருவிதமுண்டு. ஒன்று மலைச்சுண்டை. மற்றொன்று பால் சுண்டை என சொல்வார்கள். பால் சுண்டை என்பதை கிராமங்களிலும் சில நகரங்களிலும் வைத்துப்பயி ராக்கி பதார்த்தமாக தினசரி உணவில் கலந்து உண்பதும் நமது நாட்டின் வழக்கம். மலைச்சுண்டையை பச்சையாக சமைத்துண் பது மிகவும் அரிது. ஏனெனில் கைப்பு ருசி மிகுதியாய் உள்ளது மலைச்சுண்டை. இதை மலை வாழ் குறவர் இனம் சேகரித்து உலர்த்தி, பக்குவப்படுத்தி நாடு நகரங்களில் கொண்டு "சுண் டக்கா வத்தலு, சுண்டக்கா வத்தலு" என்று ராகம் போட்டு விற்பதை இன்றும் காணலாம்.

பால் சுண்டை சிறு கைப்பு ருசியையுடையதாகையால் பசுமையாக உணவுடன் சமைத்துண்ண ஏற்றதாகிறது. சுமார் 10 அல்லது 15 அடி உயரம் வளரும். இந்த மூலிகைச்செடி யின் இலை தூதுவளை இனத்தைச் சார்ந்ததாகும். சுண்டை யின் இலையும் காயும் தூதுவளையைப் போன்றுதான் இருக்கும். ஆனால் இலை மட்டும் ஒரு கை அகலம் பெரியதாக முட்கள் இல் லாமல் கிளைகளில் மட்டும் அங்கொன்றும் இங்கொன்றுமாக பெரிய முட்கள் இருக்கும். பூக்கள் வெள்ளை நிறமாக பூத்து, காய்கள் வெண்மை கலந்த நிறமாகவும், பழுத்தால் கருமை யாக வற்றலாகும். தூதுவளைக்கும் இதற்கும் ஒரு வித்தியாசம் யாதெனில் சுண்டைக்காய் ஒன்றுதான் உணவாகக் கொள்ளப் படுகிறது. தூதுவளை இலை, பூ, காய் யாவும் உணவுடன் சேர்க்கப்படுகிறது.

மருத்துவப் பயன்

சுண்டைக்காய் பொதுவாகப் பித்தப் பிணியைப் போக் கும், வாதரோகம், கப நோய்களையும் கண்டிக்கும். கோழையை



சுண்டைக்காய்

அகற்றுவதில் தூதுவளைக்குச் சமமானது. மேலும் உடலிலுள்ள கிருமிகளைக் கொல்லும். புழு பூச்சிகளையும் போக்கும். குறிப்பாக குடல் புழுக்கள், மலக்கிருமிகளை வெளித்தள்ளும். பித்தத்தால் வந்த வாய் அருசி, அஜீரணம், பேதி, மார்ச்சளி, காசம், ஈளை, இருமல் முதலியவற்றைப் போக்கும் சிறப்புடையது.

பால் சுண்டைக்காய்

இது கைப்பு ருசியையுடையதால் சுத்த சைவ உணவு உண்பவர்கள் அடிக்கடி பச்சையாகவே சுண்டைக்காய் சாம்பார், பச்சடி முதலானவைகளாகச் செய்துசாப்பிடுவார்கள். காயை நசுக்கி நெய் அல்லது ஆமணக்கெண்ணெய் விட்டு நன்கு வதக்கிக் கொண்டு, வெங்காயம், கருவேப்பிலை, கொத்தமல்லி, இஞ்சி, மிளகாயும் கிள்ளிப்போட்டு சாம்பார் போலவே இதையும் தாளிதம் செய்து சாப்பிட வெகு ருசியாய் இருக்கும். அத்துடன் பசியைத் தூண்டும். மலக்கிருமிகள் உடையவர்களும் மார்பில் கபக்கட்டு உபத்திரவம் உடையவர்கள், ஈளை, காச இருமல் நோயாளிகள், வாத ரோகத்தால் துன்புறுபவர்கள், மூலச் சூட்டு உடம்பினர், மூலரோகத்தில் ஆசனக்கடுப்பும், திமிர்ப் பூச்சிகளால் அரிப்பும் ஏற்பட்டு தொல்லைபடுபவர்களும் இந்த சுண்டைக்காயை வாரம் இரண்டு முதல் நான்கு தடவை உணவில் உண்டுவர மருந்துகளுக்கு பணம் செலவு செய்ய வேண்டிய அவசியமில்லை.

சித்த வைத்தியர்கள் நோயாளிகளுக்கு பத்திய உணவு சொல்லும்போது சுண்டைக்காயையும் மறவாமல் குறிப்பிடுவார்கள்.

சுண்டை வற்றல்

மலைச் சுண்டை வற்றல் மிகுந்த கைப்பு ருசியாய் இருக்கும். கிருமிகளுக்கு (வேப்பிலையைப் போல்) சத்துரு! குடலில் எந்த விதமான கிருமிகள் இருந்தபோதிலும் ஒழித்துக்கட்டும். நாக்குப் பூச்சி, கொக்கிப்புழு, நாடாப்புழு, சிறிய சிறிய திமிர்ப் பூச்சிகள் ஆகியவற்றையெல்லாம் போக்கும்.

சுண்டைக்காய் சுத்தி

மலைச்சுண்டையை சுத்தம் செய்வது அவசியமாகும்.

தேவையான சுண்டை வற்றலை வாங்கி புளித்த மோரும் அளவு

உடன் உப்புங்கூட்டி அதில் ஊரவைத்தபின்பு உலர்த்தி எடுக்க வேண்டும். இப்படி இரண்டு மூன்று முறை ஊரவைத்து எடுத்து உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டால் சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரையில் மற்றைய வற்றல்களோடு இரவு சாப்பாட்டில் நெய் அல்லது நல்லெண்ணெயில் வறுத்து வைத்துக்கொண்டு சாப்பிடலாம். குறிப்பாக மார்ச்சளி, ஆஸ்துமா, காசநோய் ஆகியவைகளால் வேதனைப்படும் எல்லோரும் பயன்படுத்தலாம்.

சுண்டை வற்றல் சூரணம்

மேற்கூறிய நோயாளிகளுக்கு மருத்துவ முறையாக பல உபசரக்குகளைச் சேர்த்தும் தயாரிக்கலாம். முறை விபரம்: சுண்டை வற்றல், நெல்லி வற்றல், சுக்கு, வெந்தயம் ஓமம், மாதுளை ஓடு, மாங்கொட்டை உள்பருப்பு, கருவேப்பிலை, சீரகம் இந்த ஒன்பது பொருள்களையும் ஓர் நிறையாக நிறுத்து எடுத்து சிறிதளவு நெய் அல்லது ஆமணக்கு நெய்யை மண் சட்டியில் விட்டு பொன் வறுவலாக வறுத்து எடுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதை தினம் காலை மாலை இரண்டு வேளை இரு சிட்டிகை அளவு வாயிலிட்டு மோர் குடித்துவர நோய்கள் சாந்தமடைந்து உபத்திரவம் தணியும் எனபதில் ஐயமில்லை.

சோற்றுடன் கலந்துண்ணும் பொடி

சுண்டை வற்றல், கருவேப்பிலை, மிளகு, சீரகம், வெந்தயம் ஆக ஐந்தும் சிற்றுமணக்கெண்ணெயில் இளவறுப்பாக வறுத்து அளவுடன் உப்பும் சேர்த்து இடித்து வைத்துக்கொண்டு பகல் இரவு உணவுகளில் முதல் ஒரு கைப்பிடி சோற்றுடன் சூடாக பிசைந்து சாப்பிட பசிமந்தம், அரோசியம், மலக்குடல் கிருமிகள், மூல வியாதிகள் ஆகியன நீங்குவதுடன் நன்றாக பசி எடுத்து உணவை செரிப்பிக்கும்.

சுண்டைக்காயும் முண்டைக்காயும்

தமது இல்லத்திற்கு வந்து அன்புடன் பேசிவிட்டு விடைபெறும் நண்பரும் பேச்சுக்காகவாவது "இருந்து சாப்பிட்டு போங்களேன்" என்று சொல்வது நமது நாட்டு பண்பாடு. வந்த நண்பரும் "என்ன இன்று உங்கள் வீட்டில் விருந்து பலந்தானு?

என்ன சாப்பாடு?" என்று வேடிக்கையாக கேட்டால், "அதெல்லாம் ஒன்றுமில்லை! சுண்டைக்காய் வத்தலும் - முண்டக்காய் ரசமும்தான் என்பார். வந்தவர் புத்திசாலியாக இருப்பின் ஓகோ! அது போதுமே உடம்புக்கு நல்ல ஆரோக்கிய உணவல்லவா? என்று சிலாகித்துக்கூறுவார். சற்று நாகரீகப் பேர் வழியாக இருந்தாலோ " சே! என்ன ருசி பசி இல்லாத விருந்து! இதற்கா கூப்பிட்டீர்கள் என்று இடித்துரைத்து சென்றுவிடுவார். முண்டக்காய் என்பது மிளகாய் வத்தல். சுண்டைக்காய் வத்தலுக்கும் மிளகாய் வத்தலுக்கும் வெகு ஜோர் என்பது அனுபவித்தவர்களுக்கல்லவோ தெரியும்!

சுண்டைக்காயின் சுவையைத் தெரிந்த சித்தர்கள் அதைப் பற்றி பின்வருமாறு பாடியுள்ளனர்.

"நெஞ்சின் கபம் போம் நிறைகிருமி நோயும் போம்
விஞ்சு வாதத்தின் விளைவுபோம்-வஞ்சியரே!
வாயைக் கசப்பிக்கும் மாமலையில் உள்ள சுண்டைக்
காயை சுவைப்போர்க்குக் காண்.

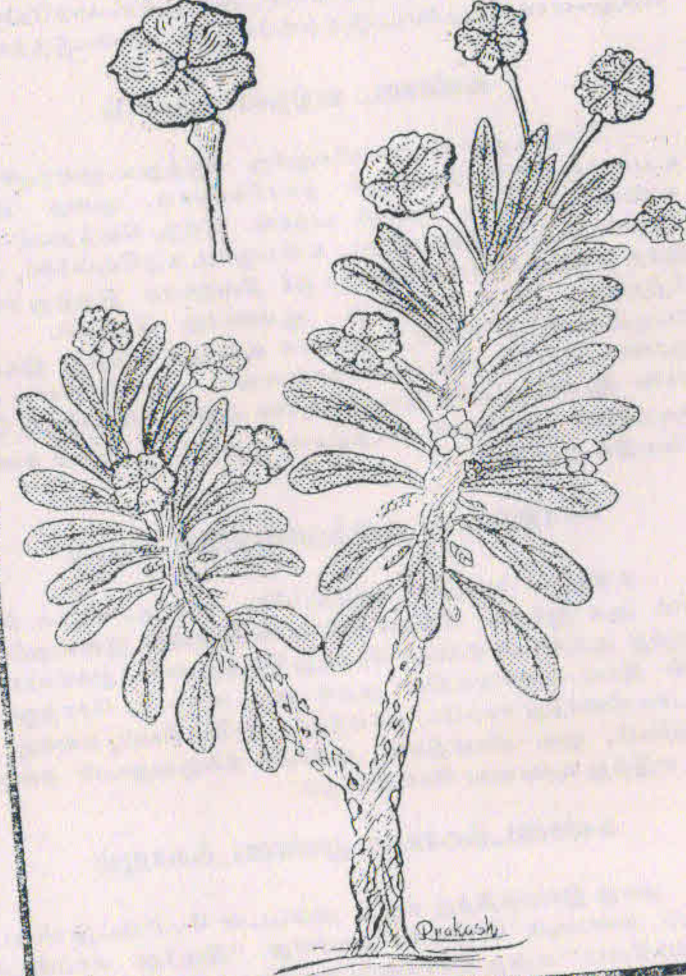
பித்த அரோசகம் போம் பேராப்பு முச்சாகும்
உற்ற கிராணியறும் உட்பசியாஞ் - சத்தியமாய்ப்
பண்டைக்குத ஆமன்றும் இங்கியாயுரையுந்தான்
சுண்டைக்காய் வற்றலுண்ணச் சொல்".

தெலுங்கில் இதற்கு உஷ்டிகாய, கடுகி என்றும் ஆங்கிலத்தில் சோலனம் வெர்பாசி போலியம் என்றும் சொல்வதுண்டு. சுண்டைக்கில்லை பண்டை ரோகம் என்பது பழமொழி.



நித்தியக் கல்யாணி

இது என்ன நித்தியக் கல்யாணம்! பெயரே புதியதாக இருக்கிறதே! இப்படி ஓர் பெயர் கொண்ட மூலிகை இனம் உள்ளதோ என்று சிலருக்கு சந்தேகம் எழலாம். இந்த மூலிகையும் மற்றவைகளைப் போலவே எங்கும் ஏராளமாக காணக் கூடியது. ஒரு பொருள் விளங்காத வரையில் என்னமோ, ஏதோ என்று நினைத்து பிரம்மை கொள்வதும், விளக்கம் தெரிந்த பிறகு 'ஓஹோ! இதுவா! இது எங்கும் கிடைக்கிறதே! எங்க வீட்டு அருகாமையிலும் நிறைய இருக்கிறதே! என்று அதைப் பற்றி விமர்சனம் செய்யத் தொடங்கி விடுவார்கள். நித்தியக் கல்யாண மூலிகையும் இப்படித்தான் அறிமுகம் செய்ய வேண்டும் வழக்கமாக இதனை பீங்கான் பூ செடி, காக்கா பூச்செடி, சுடு காட்டுப் பூச்செடி என்றும் பலவாருக சொல்வதுண்டு. இது சதா சர்வகாலமும் பூத்துக் குலுங்கும் தன்மையுடையது. ஆகையால் யூனானி வைத்தியர்கள் இதற்கு "ஸதா சுவாகன்" என்று சொல்வார்கள். சுவாகன் என்ருல் பூக்கும், மலரும் என்று பொருள். தமிழகத்தில் கொச்சை மொழியில் காக்கா பூ என்பார்கள். இதன் பொருள் என்னவெனில் காக்கையை விடிந்தது முதல் பொழுதமரும் வரையில் ஒரு தடவையாவது பார்க்காமல் இருக்க முடியாது. நாடு காடு எங்கும் சதா காலத்திலும் காணக்கூடியது காக்கை! இது போல செடியினத்திலும் இந்த பூவை காக்கைக்கு ஒப்பிட்டு காக்காப்பூ என்று சொல்லிவைத்தனர் போலும்! காக்கைக்கு ஆகாயத் தோட்டி என்ற ஒரு பெயரும் உண்டு. அசுத்தமெல்லாம் தான் தின்று ஊரை சுத்தப் படுத்தும். இது போல இந்த மூலிகைச் செடியும் உடம்பெனும்



காயத்தை, வரட்சி, இளைப்பு, அதி மூத்திரம் ஆகியவைகளால் அவஸ்தை படும் சமயம் இவைகளை நீக்கி சுத்தப்படுத்தும் என்பதற்காக காக்காப்பூ செடி என்றும் பெரிட்டு இருக்கலாம்.

இந்த செடியில் இரண்டு விதம் உண்டு ஒன்று வெள்ளை நிறமான பூக்களும், ஐந்து ஒற்றை இதழ்களையுடையதாகி இருக்கும். மற்றொன்று இதே உருவ அமைப்பில் சிறிது மேல்புற இதழில் இளஞ் சிவப்பு நிறத்தையுடையதாகி இருக்கும். இதற்கு காய்களும் உண்டு. சுமார் ஒரு அங்குல நீலத்தில் தந்திக் கம்பி கனமும் முருங்கை காய் போன்ற பார்வையில் உள்ள இதன் காய்கள் முற்றிக்காய்ந்து பின் உதிர்ந்த இடமெல்லாம் முளைக்க ஆரம்பித்து தன்னிச்சையாகவே வளர்ந்து விடுகிறது. தும்பை நாயுருவி, செடிகளைப் போன்று அதே அளவில் வளரும் இச்செடியின் இலை நுனை போல் ஆனால் முனை குறுகி அடுக்காகவும் அடர்த்தியாகவும் இருக்கும். இதற்கிடையில் பூக்களும் காய்களும் விடும். போர்ஸ்சிலேன் என்ற பீங்கான் பாத்திரங்களில் இந்த மூலிகையின் பூக்களை வண்ணச்சித்திரங்களாக தீட்டி விடுவார்கள். எனவே இதைப் பார்த்துப் பழக்கப்பட்டு போனவர்கள் இம் மூலிகைக்கும் பீங்கான் பூ செடி என்று பெயரிட்டு அழைத்தனர். இலக்கண பூர்வமாக சொல்லுமிடத்து இம் மூலிகைக்கு நித்தியக் கல்யாணி என்றுதான் பெயர்.

குணங்கள்

வரட்சி, மிரட்சி, களைப்பு, அதிதாகம், அதி மூத்திரம், பிரேத பலஹீனம் ஆகியவைகளைப் போக்கும். மரண பயணத்தை நீக்கும். நமது நாட்டில் இதனை உணவு மருத்துவமாக சிறுவர்களுக்கும் வாலிப வயதுடைய இளைஞர்களுக்கும் பயன் படுவதாக தெரிய வில்லை. ஆயினும் வாலிப வயதைத் தாண்டி வயது முதிர்ந்த பெரியோர்கள் இத்த பூவையும் வேரையும் பயன்படுத்தி மூத்திர நீர் தாரை குண்டிக்காய் ரோகம் நீர் குற்றம் ஆகிய சம்மந்தப்பட்டு வரும் பற்பல நீடித்த ரோகங்களை போக்கிக்கொள்ளுவார்கள். பொதுவாக கவனிக்கப்போனால் இம் மூலிகைக்கு உடம்பில் இருந்து நீர்தாரை வழியாக கழியும் சத்துக்களை அதிகம் கழியவிடாமலும் அளவுக்கு மீறி உற்பத்தியாமலும் தடுப்பதாக தெரிகிறது. ஒரு காக்கை எப்படி ஆகா

யத்திலிருந்து ஊரைச்சுத்தம் செய்கிறதோ அப்படி இந்த யாக்கைக்கு சிறு நீர் குற்றத்தால் உண்டாகும் அபாயத்தை இந்த காக்காப் பூவும் வேரும் சுத்தம் செய்கிறது என்றால் மிகையல்ல ஒரு வேளை இதன் உட்கருத்தைக் கொண்டுதான் இதற்கு காக்காப்பூ செடி என்று பெயர் வந்ததோ? அந்த முருகன் தான் அறிவார். சிறுநீரில் சர்க்கரை உள்ளதோ அதை கவனித்து ஆராய்ச்சி செய்வதில் நம் நாட்டு மக்களுக்கு அக்கரை இருந்ததாகத் தெரியவில்லை! அதிக வரட்சி, தாகம், உடனே குடம் குடமாக சிறுநீர் கழித்தல் இது போன்ற குணங்கள் இருந்தால் இந்த பூவை நாலு போட்டு காய்ச்சி குடிப்பார்கள். இது நமது நாட்டின் பழமையான பழக்கங்களில் ஒன்று.

ஆனால் தற்காலம் இவை யாவும் ஒவ்வொன்றாக மறைந்தொழிந்து விட்டது! ஆரோக்கியமுடைய ஒருவருக்கு சிறுநீர் இரண்டொரு வேளை அதிகமாய் போனால் போதும், உடனே அவர் பயந்து போய் ஒரு புட்டியில் தனது சிறுநீரைப் பிடித்துக் கொண்டு போய் டாக்டரிடம் காட்டுவார். அவரும் அதை காய்ச்சிப் பார்த்து விட்டு ஓ! உமக்கு டயாபட்டீஸ் வந்து விட்டது சார்! இத்தனை பர்சன்ட் சர்க்கரை இருக்கிறது என்று ஆராய்ச்சியை கூறி ஊசி போடும் ஆரம்ப விழாவை நடத்தி வைப்பார். அவ்வளவுதான் அன்று முதல் பிடித்தது சனியன் நாள் தவறினாலும் உடம்பை பஞ்சர் (பொத்தல்) செய்து கொள்ளத் தவறமாட்டார், அது மட்டுமா? எங்கேயாவது நல்லது பொல்லது விருந்துகளுக்கு செல்லுமிடத்திலே 'அப்பா நான் டயாபட்டீஸ் பேஷண்ட்டு' என்னை கொஞ்சம் தனியாக கவனிச்சிக்கோ, என்று பெருமையோடு சொல்லிக் கொள்ளுகிறார்கள். இந்த டயாபட்டீஸ்பேஷண்டுகள் ஊசி சகாப்தத்திற்கு முன் இருக்கவில்லையா? இருக்கத்தான் செய்தார்கள்! ஆனால் இவர்கள் தன் சிறுநீரைப் பிடித்து பார்த்துக்கொண்டு சர்ச்சைகளை செய்து அது குறைவு, இது அதிகம், என்று கலையாக வளர்க்கவில்லை. அதற்கு மாறாக நீரைக்கட்டும் மூலிகைகள் யாவை? என்று ஆய்ந்து அவைகளைப் பயன் படுத்தி குணம் கண்டனர். நீர் ஆரைக்கீரை, ஆவாரைப்பூ, பிசின் பட்டை, இலை, வேர், யானை வணங்கி என்னும் நெருஞ்சில் மாதுளம், மாவிலை துளிர்கள், மாங்கொட்டை, கீழா நெல்லி பொற்கொடி என்னும் கையாந்தகரை, பராசக்தி என்ற வேம்பு நாவல் கொழுந்து, கொட்டை, நிலப்பனை, பூனைக்காலி விதை, முருங்கை, பசலைக்கீரை, வாழைப் பூ, தண்டு, முள்ளங்கி போன்ற

வைகளுக்கும், இந்தக் கட்டுரையில் குறிப்பிட்ட பீங்கான் பூ மூலிகைக்கும் நீர் குற்றங்களைத் தடுத்து அதனுல் வரும் நோய் களை நீக்கும் குணம் உள்ளதாக நமது நாட்டு சித்தர்களின் வாகட நூல்களில் காணக்கிடக்கின்றது.

பூ கஷாயம்

ஓயாது நீர் குடித்தால், எவ்வளவு நீர் குடித்தாலும் தாகம் அடங்காது. நாக்கு வரட்சியாகி விடுதல், உடனே குழாயை திருப்பியது போல சிறுநீர் கழித்துவிடல், முகம் பிரேதக்களை பட்டு மரண பயம் உண்டாதல், அளவுக்கு மீறிய பலஹீனம், அதிக பசி அல்லது பசியற்றுவிடல், நீர் குடித்தால் சிறுநீர் உடனே கழித்தல் போன்ற குணங்களையுடையவர்களுக்கு பீங் கான் பூ கஷாயம் ஒரு சிறந்த நிவாரணி. விபரம்: ஆறு பீங் கான் பூவை மட்டும் எடுத்து இரண்டு குவளை நீரில் போட்டு ஒரு குவளையாக சுண்டக் காய்ச்சி அரைகுவளை வீதம் நாள் ஒன் றுக்கு நான்கு தடவை குடிக்க மேல்படி குணங்கள் கட்டுப்படும். இந்த மூலிகைக்கு நோயை பூரணமாக குணப்படுத்தும் தன்மை இல்லாவிட்டாலும் கூட தீவிர நோய்களில் உப சாந்தமான குணம் கிடைக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை. சிறுவர்களுக்கோ அல்லது வாலிபர்களுக்கோ இந்த சிகிச்சை செய்வது அவ்வளவு உசிதமல்ல என்பது பலர் கருத்து. ஆனுலும் இது சுமார் 40 வயதுக் கடந்தபின் வந்த நீர் ரோகங்களில் சிறப்பாக வேலை செய்து குணம் அளிக்கிறது என்பது அனுபவ பூர்வமான உண்மை.

நித்தமும் பூக்கும் காரணத்தால் நித்தியக்கல்யாணி என்று பெயர்வந்த பீங்கான் பூ ஓர் அற்புத மூலிகையாகும். ஸ்ரீ ராமபிரானின் தந்தையாகிய தசரத சக்கரவர்த்திக்கு நித்தி யக்கல்யாணம் நடக்குமாம். இப்படி இவர் ஒரு கல்யாணம் தினம் செய்துக் கொள்கிருரா? என்பதை பரசுராமர் கண்கா ணிப்பாராம்! தவறினுல் அவர் உயிருக்கு ஆபத்து விளையும் என்பதாக புராண வரலாறு. இதுபோல தற்காலம் இன்சுலின் ஊசியை நாள் தோறும் போட்டால் தான் உயிர் நிற்கும் என்று கங்கணம் கட்டி கொண்டவர்கள் இந்த நித்தியக் கல்யாணி மூலிகையை தாராளமாக நம்பி வாழ்க்கை நடத்திவரலாம். சிறு நீர் தாரையில் எரிச்சலும் வலியும் ரணமும் உண்டான போது இந்தப் பூ, யானை வணங்கி (நெருஞ்சில்) சமூலம் ஆக சமமாக பத்து கிராம் அளவு எடுத்து கஷாயமிட்டு முன் சொல் லியபடி குடித்துவர குணமாகும்.

வேர்ச் சூரணம்

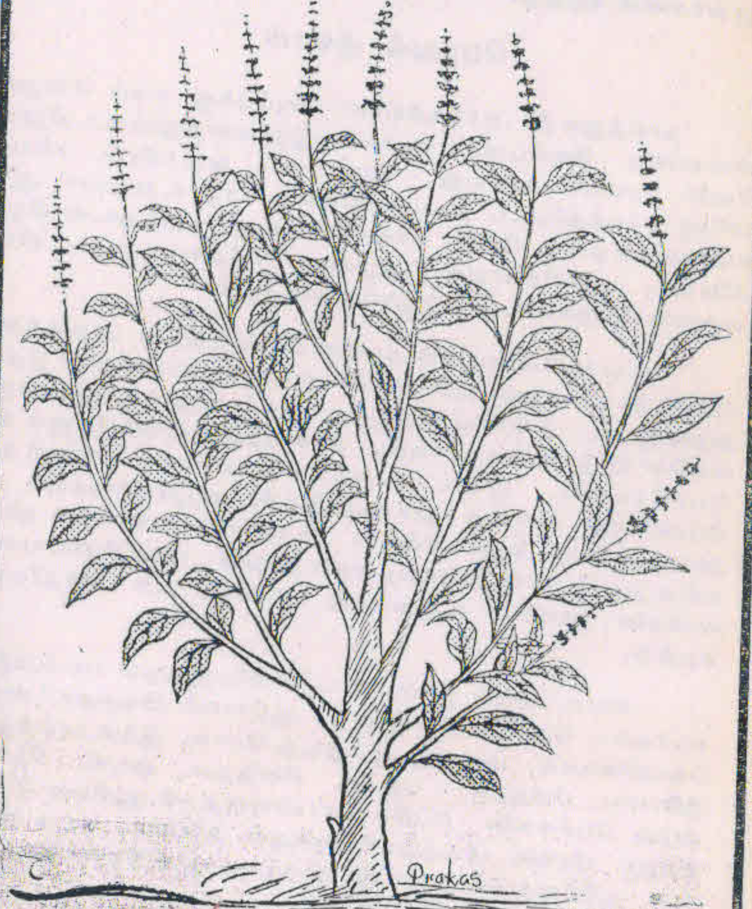
டயாபட்டீஸ் என்று பிரகடனம் செய்து கொண்டு நவீன மருந்துகளையும், ஊசிகளையும் போட்டு அலுத்துப் போனவர்கள் இந்த வேர்ச் சூரணத்தை தானே தயாரித்து வைத்துக்கொண்டு பணச் செலவு இல்லாமலும், உடம்பை ஊசியால் பொத்தல் செய்து கொள்ளாமலும் இலகுவில் அதி மூத்திரத்தையும் அதில் கழியும் உடல் சத்துக்களையும் அன்ருடம் குறைத்துக் கொள்ள லாம். இந்த மூலிகையின் வேர்களை வெள்ளிக் கிழமைகளில் (தூய்மையான உடலும் எண்ணமும் கொண்டு) எடுத்து வந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி வெய்யிலில் உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து துணியில் வடிகட்டி (வஸ்திரகாயம்) சன்ன தூளை ஒரு புட்டியில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளவும். அளவு பெருவி ரல் ஆட்காட்டி விரல் நடு விரல் ஆகியவைகளைக் கொண்டு அந்த சூரணத்தை ஒன்று அல்லது இரண்டு முறை எடுத்து நோய்க்குத் தக்கபடி வாயிலிட்டு வெந்நீர் குடிக்கவும். இப்படி இரண்டொரு தடவை செய்த பின் 2 மணி முதல் 6 மணி நேரத் தில் சிறு நீரில் உள்ள சர்க்கரையின் அளவு குறைந்திருப்பதை பரிசோதனையில் காணலாம். மூத்திரத்தின் அளவும், நோய்த் தன்மையும் குறைந்து போய் உடல் சுக நிலையில் இருப்பதை நோயாளி உணரமுடியும். இந்த சிகிச்சையால் பூரண குணம் காணுவிட்டாலும் எவ்வளவு நாளைக்கு செய்கிருர்களோ அவ் வளவு நாள் குணம் தரும் என்பதில் சந்தேகமில்லை. இம் முறை ஊசி மருந்துகளை விட பல மடங்கு மேல் என்பது அனுபவத் தில் கண்டவர்கள் கூறுகின்றனர். இதன் வேர் நீர் ரோகங்களை கண்டிக்க பூவைக் காட்டிலும் சக்திவாய்ந்தவையாகும்.

இம் மூலிகையின் வேர் தற்சமயம் ஆராய்ச்சிக்காக ஸ்விட் சர் லாந்து, அமெரிக்கா போன்ற மேல் நாடுகளுக்கு ஏராளமாக சேகரித்து அனுப்பப்படுகிறது. அவர்கள் ஆராய்ச்சிக்குப் பின்பு இந்த வேர் சத்துக்கள் பேடண்ட் மாத்திரைகளாகவும், ஊசி மருந்துகளாகவும் செய்து மற்ற நவீன மருந்துகள் போல அழகான கலர் பாக்கெட்டுகளில் புதுப் புது பெயர்களை கொடு த்து அவைகளை நம் தலைமீதே அதிக விலைக்கு கொண்டு வந்து விற்பனை செய்யும் காலம் வந்தாலும் வரக் கூடும்! ஆகவே நித் தியக்கல்யாணி மூலிகையை நித்தமும் தேடி அலைந்து ஏற்றுமதி செய்து ஜீவிக்கும் அன்பர்கள் இதன் வேர்களை அற்பமாக எண் ணுமல் தங்கத்திற்கு சமமாக எண்ணி தந்திரமாக பேரம்பேசிப் பயனடைவார்களாக.

கஞ்சாங் கோரை
(சங்கரத் துளசி)

கஞ்சாங்கோரை என்ற மூலிகையைப் பற்றி உங்களுக்கு தெரியுமோ ? இது துளசியினத்தைச் சேர்ந்த சிறு குத்துச்செடி வகை. இதன் வழக்குப் பெயர் காட்டுத் துளசி, நாய்த்துளசி என்றும் கூறுவதுண்டு. இச்செடிகள் பொதுவாக வயல் வெளிகளிலும், குத்துச்செடி அடர்ந்து காணும் இடங்களிலும், கிராமங்களில் சுற்றியும் எங்கும் வளரக்கூடியது. ஏறத்தாழ நல் துளசி செடியின் உயரத்திற்கு வளரும். இச்செடியின் கதிர்கள் பெரியதாக அடுக்கடுக்காகவும் நீண்டும் இருக்கும். பூக்கடைகளில் ' கதிர் பச்சை ' என்று கதம்ப பூக்களில் கலந்து கட்டுகிறார்களே அதுபோல இந்த கஞ்சாங்கோரை கதிர்களும் இருப்பதால் இதையும் சில நேரங்களில் கதம்ப பூக்களில் கட்டி "கதிர் பச்சை கலந்திருக்கு. வாம்மா " என்று ஏமாற்றுவார்கள்! இதன் வேறுபாடுகளை வாசனையால் அறிந்துவிடலாம்.

கஞ்சாங்கோரையின் இலைகள் பச்சைப் பசேலென சிறிய தேக்கரண்டி அளவு முனை சற்றுக் கூராக நீண்டு இருக்கும். நல் துளசி இலையின் முனை குறுகியிருக்கும். பார்வையில் வேறுபாடு உண்டு. சாதாரண துளசி மணத்தை விட மிகுந்த ஆனால் நெடிசல் கிளம்பும் மணம் இந்த கஞ்சாங்கோரைக்கு உண்டு. இலையை விட இதன் கதிர்களுக்குதான் இம்மணம் மிகுதி! எனவேதான் பூக்கடைக்காரர்கள் இதனை பூக்களுடன் கலந்துவிட்டு இனந்தெரியாத ஒரு மணத்தைக் கிளப்பிவிடுகின்றனர். ஒரு சிலர் கஞ்சாங்கோரைவேறு, நாய்த்துளசி வேறு என்றும் வாதிடுவர். ஆனால் இது நிலவளத்தின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு வளர்ச்சி குன்றியோ, வளமாகவோ,



காணப்படுவதால் இவ்வழக்கு உண்டாயின என்பது பல ஆய்வாளர்களின் கருத்து.

பொதுக் குணம்

நாய்த்துளசி பராசக்தியான வேம்புக்கு சமம் என்றால் மிகையல்ல. வேம்புவைப் போலவே இது மனதிலும் உடலிலும் வேலை செய்யக் கூடியது. இரைப்பை, நுரையீரல், சர்மம் மனோ சம்பந்தப்பட்ட நரம்பு மண்டலம், ராஜ உறுப்புகள் ஆகியவைகளில் நன்கு வேலை செய்யக்கூடியது. அத்துடன் கிருமிகளையும், பூச்சிகளையும் அழிக்கும் சக்தியுடையது. வியர்வையை பெருக்கி உடலைத் தூய்மையாக்கும்.

கஞ்சாங்கோரையின் நறுமணம் மனத்திற்கு அமைதியையும் சாந்த குணத்தையும் அளிக்கக் கூடியதாகையால் இதனை துறவு பூண்ட சன்னியாசிகளும், விரதம் அனுஷ்டிப்பவர்களும் கைகொண்டு புழங்குவார்கள். சம்சாரத்திலுள்ளவர்களும் உபயோகிக்கலாம். முடிவு பெறாத பல இச்சைகளை எண்ணி நாய் போலலையும் மனதை தூய்மைபடுத்தி, ஒழுக்கத்தையும் மன அமைதியையும் உண்டாக்கும். உலகியல் மாயையில் விட்டகன்ற துறவிகளின் மும்மலத்தைப் பற்றவிடாமல் பேரின்பஎண்ணங்களை தூண்ட உதவுகிறது என்பது பல சித்தர்களின் கருத்து.

கிராம மக்கள் இதனை உடற்பிணிகளுக்கும் பயன்படுத்துவார்கள். பேய் பிசாசு என்ற ஆவேசம் பிடித்தவர்களுக்கு வேப்பிலையால் அடித்து ஓட்டுவது போல, இந்த நாய்த்துளசி இலையை பிதற்றல், பாடல், சினத்தல், ஓடல், தொடர்பு அற்ற பேச்சுகளை பேசிக் கொண்டிருத்தல் ஆகியன போன்ற சித்தப் பிரமை பிடித்தவர்களுக்கும் தலையில் கட்டி வைக்கவும். படுக்கையில் போட்டு வைப்பதாலும் மேல்கண்ட பிணிகள் நீங்கும்.

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் மாந்தக் கழிச்சல். விக்கல், சடைப்பு, இருபால், சளி ஆகியவைகளுக்கு இலையை இடித்து சாறு 20 முதல் 40 துளி உள்ளுக்கு பாலுடன் கொடுக்க குணமாகும். மூலச் சூடு, கணச்சூடு, ஆகியவைகளுக்கும், மேக ரோக சம்பந்தப்பட்ட நோய்களுக்கும் இதன் இலையை அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு தயிரில் கலந்து காலை மாலை ... கொண்டுவர அவை நீங்கும்.

மார்சளி, காசம், இருமல், ஆரம்ப நிலை க்ஷயரோகம் ஆகியவைகளுக்கு ஆறு மிளகும், கஞ்சாங்கோரை இலை ரூபாய் எடையும் (ஒரு கோலியளவு) நன்றாக அரைத்து வெந்நீரில் கலந்து கொடுக்க சளி யாவும் வெளியே வந்து குணமாகிவிடும். இப்படியே இதன் இலையை நிறைய சேகரித்து எடுத்துலர்த்தி தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு தினம் காலை நேரத்தில் ஒரு வேளை காபி போடுவதுபோல் பால், சர்க்கரை சேர்த்து ஒரு தேக்கரண்டி அளவு போட்டு குடித்தும் வரலாம். இதனால் வியர்வை நாற்றம் போகும். உடலும் தூய்மையாகும்.

மூலரோகத்தில் ஆசனம் அடிக்கடி தினவு கொண்டு சதா விரலை விட்டு நோண்டிக் கொண்டிருப்பவர்கள், இதன் இலைகளை ஆமணக்கு நெய் சிறிது விட்டு வாட்டி அந்த இலையை இளஞ்சூட்டுடன் ஆசனவயிரல் வைத்துக் கட்டிவர மூலத்தில் நெளியும் பூச்சிகள் யாவும் அழிந்து அரிப்பு, தினவு தொல்லைகள் நீங்கி அமைதி உண்டாகும். இது போல உடம்பின் மேல் சர்மத்தில் உண்டாகும் சொறி சிரங்குகளுக்கும் இதனுடைய இலையை அரைத்து தடவி தண்ணீரில் குளிக்க நீங்கும்.

மூட்டைப் பூச்சிகளுக்கு பொதுவாக தற்கால மக்களில் அநேகர் இரண்டு பேர்களுக்குதான் மிகவும் அச்சம் கொள்வார்கள். ஒருவர் மூட்டைப் பூச்சியார், மற்றொருவர் இந்த மூட்டைப் பூச்சியார் வாழும் பல வீடுகளுக்கு முதலாளி! வீட்டைப் பற்றியோ கவலை இல்லை. இவருக்கு வேண்டியதெல்லாம் வாடகைப் பணம். "என்ன இன்று முதல் தேதி சம்பளம் கிடைத்து இருக்குமே!" என்று பரிந்துகேட்டு பணத்தைக் கறந்துகொண்டு போவார். வீடு ரிப்பேர் என்று சொன்னால் காது கேட்காது. மூட்டைப் பூச்சியார் இருக்கிறாரே இவருக்கு பேச தெரியாது! ஆனாலும் விளக்கு அணைந்தவுடன், "சே! இந்த வாடகை வீட்டிலுள்ளவர்களுக்கு உடம்பில் ரத்தமே இல்லை" என்று நினைக்குமோ என்னவோ! சுருக்கென்று கடிக்கும்போது பகலெல்லாம் உழைத்துவிட்டு வந்தவர்கள் மீண்டும் இரவில் மூட்டையோடு போராட்டம் போடுவார்கள்! இவைகளை ஒழித்துக் கட்ட விதவிதமான மூட்டைப் பூச்சி மருந்துகளை விலைகொடுத்து வாங்கிவந்து போடுவார்கள். இதனால் மூட்டைப் பூச்சிகள் தவிர மற்றெல்லா பூச்சிகளும் செத்துவிழும். அதோடு சில சமயங்களில் குழந்தைகளுக்கும் சிறுவர்களுக்கும் மயக்கத்தை உண்டாக்கிவிடும். சலித்து போய் மருந்தை எங்காவது

ஒரு மூலையில் போட்டு வைப்பார்கள். அம் மருந்து கணவன் - மனைவி சச்சரவு சண்டை நேரங்களில் கண்ணில்பட்டு பற்றுக் குறைகள், கவலை, கோபம் ஆகியவைகளால் மனந்துணிந்து தற்கொலைக்கும் பயன்படுத்தியவர்கள் அநேகம். வாசகர்களே! இறைவன் படைப்பில் எல்லா உயிரினங்களும் சமமே. கேவலம் மூட்டைப் பூச்சிகளை செயற்கை மருந்துகளில் கொல்ல போய், நாமே தற்கொலைக்கு ஆளாவது எவ்வளவு மடமை! வீடுகளில் நம்மைச் சுற்றி பல பூச்சிகள் வாழத்தான் செய்கின்றன. கொசு, ஈக்கள் போன்றவைகளை சிலந்திகள் பிடித்து தின்னுகின்றன. சிலந்தி, கரப்பான் பூச்சிகளை தேள் போன்ற விஷ ஜந்துக்கள் பிடித்து தின்னுகின்றன. இவைகளையும் பல்லிகள் ஆகாரமாக்கிக் கொள்ளுகின்றன. எலிகளை ஒழிக்க வீடுகள் தோறும் பூனைகளை வளர்ப்பது நம் நாட்டு வழக்கம். ஆனல் தற்காலம் எலிகளுக்கு (ரேட்பாய்சன்) விஷத்தை உணவில் கலந்துவைக்க, அதை தின்ற எலி அடுத்த வீட்டில் மூடாமல் வைத்த பலகாரத்தில் வாயை வைத்து, பின் எங்கோ சென்று தானும் இறந்து பலகாரம் தின்ற மனிதர்களையும் சாக வைத்து விடுகிறது. இப்படித்தான் மூட்டைப் பூச்சிகளையும் அழித்துவிட வேண்டும் என்று நினைப்பவர்கள் தற்கொலைக்கும் ஆளாக நேரிடுகிறது. இவை யாவும் நமது பண்டைய பழக்கங்களை விட்டு நாகரீக போக்கை பின்பற்றியதின் விளைவுகளே! வீடுகளில் சேரும் பூச்சிகளையொழிக்க நாள் தோறும் இறை வணக்கம் என்ற பழக்கத்தையுண்டாக்கி, சாம்பிராணி தூபம், ஊதுபத்தி முதலானவைகளைப் போடுவதால் பூச்சிகள் இந்த நறுமணம் சகிக்காமல் வீட்டைவிட்டு வெளியேறிப் போகிறது. அதோடு நமது பழிவாங்கும் நினைவு இறை வழிபாட்டால் நீங்கப் பெறுகின்றது. கஞ்சாங்கோரை மூட்டைப்பூச்சிக்கு பரம எதிரி. ஆகவே இதை நாள்தோறும் கொண்டுவந்து கசக்கி வீட்டின் மூலை முடுக்குகளில் போட்டு வைக்கவேண்டும். பத்து நாள் தொடர்ந்துபோட இதன் நறுமணம் வீட்டைச் சுற்றியுள்ள மூட்டைப்பூச்சிகளையும், கொசுக்களையும் அழித்துவிடும் செய்து பாருங்கள்!

பேன் ஒழிய

சிலருக்கு உடம்பெங்கும் ஒருவித பேன் பிடிப்பதுண்டு இந்த பேன் சாதாரணமாக தலைப்பேன் போல் இல்லாமல் [illegible] [illegible]ண்டு உருவ அமைப்புடன் மிகவும் நுண்ணியதாக இருக்கும்.

கண் புருவம், இமைகள், மர்ம உறுப்புகளில் உண்ணிகள் போன்று கெட்டியாக பிடித்துக் கொண்டிருக்கும். நமைக்கும்போது சொறிந்தால் தோலுடன் பிய்த்துக் கொண்டுவரும் எளிதில் எடுக்க இயலாது. இதை எட்டுக்கால் பேன் என்றும் சொல்வார்கள். இந்த பேன் பிடித்தவன் கதி அவ்வளவுதான். நிறைவேருத பல ஆசை நினைவுகளில் ஈடுபட்ட மனம் உடையவனுகி இவனை தரித்திரமும், நோய்களும் பிடுங்கித் தின்னும்! இந்த பேன் தொலைய வேண்டுமானல் கஞ்சாங்கோரை இலையை அதன் கதிர்களுடன் சேர்த்து ஒரு துண்டு வசம்பும் இடித்து தூளாக்கி அதில் கலந்து இரண்டும் மைபோல வேண்டுமளவு அரைத்து உடம்பெங்கும் தடவிக்கொண்டு 1 மணி நேரம் சென்று குளிர்ந்த நீரில் குளிக்கவேண்டும். இப்படி 10 நாள் குளித்தால் போதும் பேன்கள் ஒழிந்து போகும். சீலைப் பேன்என்று சொல்லப்படும் ஒருவித வெள்ளை பேன்களும் இதனல் நீங்கும் என்பதில் ஐயம் இல்லை.

நாய்த்துளசி என்ற இந்த கஞ்சாங்கோரைக்கு இப்பெயர் எப்படி வந்தது என்று திட்டவட்டமாகக் கூற இயலாவிட்டாலும் "கஞ்சன்கிரி" என்ற ஒரு மலை. இது வடாற்காடு மாவட்டத்தில் திருவலம் என்ற ஊருக்கு கிழக்கேயுள்ளது. "கஞ்சமலை" என்று சேலத்தில் ஒரு மலையுள்ளது. இவ்விடங்களில் சித்தர்கள் கட்டிய கோவில்கள் இன்றும் இருக்கின்றன. அதோடு இந்த கஞ்சாங்கோரையும் இம்மலைகளில் ஏராளமாகவும் தன்னிச்சையாகவும் வளர்ந்துவருவதும் குறிப்பிடத்தக்கது ஆகும். இம்மலை சாரல்களில் சித்தர்கள் சித்தியடைந்து அருவமாகி வாசம் செய்வதாக பலர் சொல்கின்றனர்.

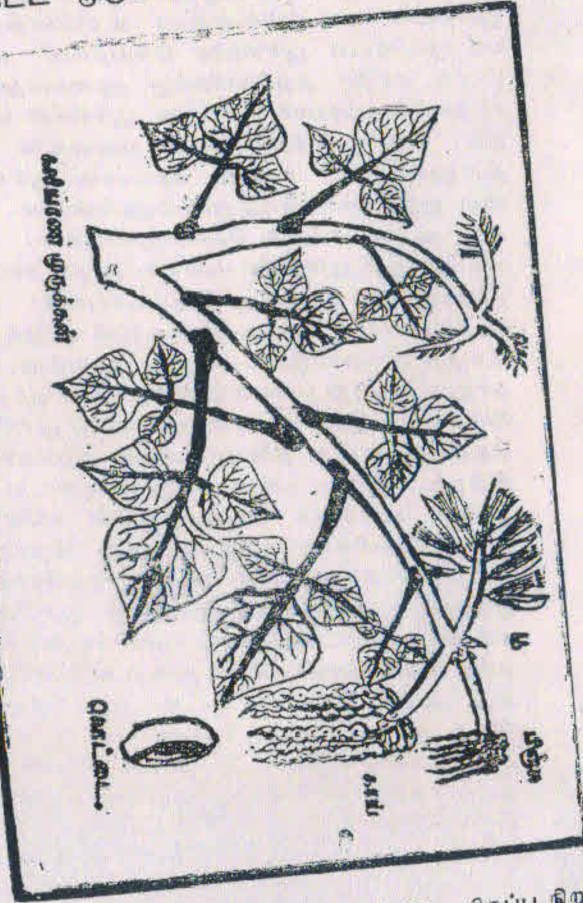
சங்கர துளசி: பரமேஸ்வரன் சாபத்தால் பார்வதி காஞ்சியில் அரக்கியாகப் பிறந்து மனிதர்களை இம்சை செய்து வந்த போது, காமேச்வரியாம் காமாட்சியை அடக்க அவதரித்த ஆதி குருவாம் காமகோடிபீட ஸ்தாபகர் ஆதி சங்கரர் சுவாமிகளுடைய பிரியமான மூலிகைகளுள் இந்த கஞ்சாங்கோரையும் ஒன்று. எனவே இம் மூலிகைக்கு சங்கர துளசி என்றும் சிலர் திருநாமம் இட்டு அழைக்கின்றனர். இன்றும் அந்த நடமாடும் தெய்வ மகாசந்நிதானத்திற்கு போகும் பக்தர்கள் இந்த சங்கர துளசியைக் கொண்டு போய் அர்ப்பணம் செய்வதைக் காணலாம்.

கலியாண முருக்கன்

பிரம்ம விருட்சம் என்ற தலைப்பில் முருங்கை மரத்தைப் பற்றி 1963 ல் எழுதியது வாசக அன்பர்களுக்கு நினைவு இருக்கலாம். முருங்கையில் கல்யாண முருங்கை என்ற ஓர் மரவகுப்பும் உள்ளது முருங்கை மரத்தைப் பற்றி தெரிந்த அளவுக்கு இந்த கலியாண முருங்கையை அனைவரும் தெரிந்து வைத்து இருக்க முடியாது ஏனெனில் இதன் இலையோ மற்ற பாகங்களோ உணவாக பயன் படுவதில்லை.

ஆனாலும் பள்ளிச் சிறுவர்களுக்குத் தெரிந்தமரம் தான் கலியாண முருங்கை! இப்படியாகச் சொல்லிக் கேட்டால் அவர்களும் "எனக்குத் தெரியாதே! என்றுதான் சொல்லி விடுவார்கள். "தம்பி! உனக்கு நெருப்புக் கொட்டை மரம் தெரியுமா...?" என்றால் ஓ! நல்லாத் தெரியுமே. எங்க பள்ளிக் கூடத் தோட்டத்திலும் இருக்கிறதே! என்பார்கள். இந்தக் கொட்டையை காரை அல்லது சிமிட்டி தரையில் தேய்த்து பக்கத் துப்பையன் தொடையில் வைத்து விடுவான். உடனே அவன் எழுந்து சார்! நெருப்புக் கொட்டையை தேய்த்து வைச்சுட்டான் என்று ஒற்றைக்காலில் குதிப்பான். ஆசிரியர் சூடுவைத்தவனைக் கூப்பிட்டு பிரம்பால் ஒரு சூடு போட்டு சமாதானம் செய்வார். இப்படியே, சார். இவன் கிட்டே நெருப்புக் கொட்டை இருக்கு, அவன் கிட்டே இருக்கு என்று ஒருவருக்கொருவர் கோள் சொல்லி கொட்டையெல்லாம் மேஜை மேல் குவியும். பையன்களுக்கு பிரம்படியும் சுரீர் என்றுதான் விழும். நெருப்புக் கொட்டை சூடும் சுரீர் என்று இருக்கும். இத்தகைய காரணங்களால் (நெருப்புக் கொட்டைமரம்)கலியாண முருங்கை மரம் பள்ளிச் சிறுவர்களுக்கு மிக நெருங்கிய தொடர்பு ஏற்படுத்திக் கொண்டு விட்டது!

இந்த கலியாண முருங்கை பார்ப்பதற்குபூவரச மரம்போல காணப்படினும் முருங்கையைச் சார்ந்ததே. விதையில் இருந்தும் பயிராகும். அல்லது பெருமரக் கிளையை ஒடித்து நட்டு வைத்து தண்ணீர் கட்ட முருங்கை கிளை போலவே குருத்து



நெருப்புக் கொட்டை மரம் (எ) கலியாண முருக்கன்

விட்டு முளைக்க ஆரம்பமாகும். இந்த மரத்தில் சிகப்பு நிறப் பூக்களை விடும் கலியாண முருக்கன் உள்ளது. சுத்த வெள்ளை நிற பூக்களை விடும் மரமும் உள்ளது. இவ் விரண்டும் நிறத்தால் வித்தியாசமே தவிர குணம் ஒன்றுதான். பூக்கள் கிளைகளின் முனையில் கொத்துக் கொத்தாக கற்றாழை மடல் போல்

இரண்டங்குலநீளத்தில் ஒரேஇசழ்விரிந்த அசன்எதிரிலே 5(அ)6 மகரந்தக் காய்புகளையுடையதாகி இதழ்கள் மேல் நோக்கி காதுகள் போல நீட்டி இருக்கும். இதழ்கள் உதிர்ந்ததும் அதிலிருந்து நீளமான பிஞ்சுகள் பச்சை நிறமாக காய்க்கும். இதன் காய்கள் முருங்கைக் காய்கள் போலவே இருக்கும். ஆனால் சமையலுக்கு உதவாது. உலர்ந்தபின் காய் கருப்பு நிறமாகி உள்ளே இருக்கும் நெருப்புக் கொட்டை சலசல என்று ஆடும். கலியாண முருக்கன் இலை, பூ, முருங்கையிலை, பூ போல் இல்லை எனலாம், இலை பூவரசன் இலை போல் ஒரு காம்புக்கு மூன்று இலைகளுடன் காம்பு நீளமாக இருக்கின்றது.

இந்த மரம் உணவாக பயன் படாவிட்டாலும் மருத்துவ பயனாக பரம்பரை வைத்தியர்களுக்கு பயன்பட்டு வருகிறது. பொதுவாக பித்த சிலேத்தும பிணிகளுக்கு சூட்டைத் தணித்து மலத்தை வெளித்தள்ளி கோழையை அகற்றும் சக்தி கொண்டதாகும். மேலும் புழுக்களையும், கிருமிகளையும் இதன் இலைச்சாறு அழிக்கும் தன்மை கொண்டதாகும். பித்தமதிகரித்து வந்த நீர்தடைகளை நீக்கி சிறுநீரை பெருக்கித் தள்ளவும், பெண்களுக்கு காணும் சூதக தடையை நீக்கி, வாய்வை கண்டிக்கும், மருத்துவப் பயனாக சிவப்பு பூமரத்தைக்காட்டிலும் வெள்ளைக் கலியாண முருக்கனே சிறந்தது என்பது குறிப்பிடத் தக்கதாகும்.

குழந்தை வியாதிகளுக்கு

வெள்ளைக் கலியாண முருக்கன் இலை குழந்தை வியாதிகளுக்கு மிகுந்த பயன்தர வல்லது. குப்பை மேனிச் சாற்றைப் பிழிந்து புகட்டுவதுபோல இதை குழந்தைகளுக்கு புகுட்டுவதும் நமது நாட்டு வழக்கமாகும். இதனால் குழந்தைகளுக்கு வாந்தியாகி வயிற்றில் உள்ள புளிப்பு, கோழை, கபக்கட்டு நீங்கி, நல்ல பசியும் ஜீரண சக்தியும் உண்டாகும். குப்பைமேனி சாற்றைப் பிறந்த குழந்தைகளுக்கு முதல் 4 மாதம் வரையில் புகட்ட மாட்டார்கள். ஏனெனில் அதன் வேகம் சிசுக்கள் தாங்காது. ஆனாலும் இந்த வெள்ளை கலியாணமுருக்கன் இலைச் சாற்றை பிறந்த ஒருமாதகுழந்தைக்கு 10 துளிசாற்றில் 10 துளிவெந்நீர் கலந்து புகட்ட கஷ்டமில்லாமலும் எளிதாக வயிற்றை சுத்தம் செய்து குழந்தையின் மந்தத்தை போக்குவதுடன் வயிற்றில்

உள்ள சகலவிதமான பூச்சிக்களையும் வெளியேற்றி விடும். 6 மாதம் முதல் 1 வருடக் குழந்தைகளுக்கு அரை தேக்கரண்டி முதல் ஒரு தேக்கரண்டிவரை கொடுக்கலாம், அஜீர்ணம் மந்தம் இருக்கும் போதெல்லாம் இப்படி பயன்படுத்திவர நல்ல குணம் காணும்.

பெண்களுக்கு சூது தூலைக்கு

இதன் இலைச்சாற்றை முருங்கை இலைச்சாற்றைக் கொடுப்பது போலவே தினமும் பத்து நாளைக்கு தவறாமல் கொடுக்க மாதவிடாய்க்கு முன்பும் பின்பும் காணும் கடுமையான வயிற்று வலி நீங்கிப்போகும்.

ஆஸ்துமா வியாதிகளுக்கு

நுரையீரல் சம்பந்தப்பட்ட காச நோய்களான ஆஸ்துமா இரைப்பு நோய்களுக்கு முன் காலத்தில் கையாண்ட முறை இந்த இலையில் இருந்ததாக பல ஏட்டுச் சுவடியில் காணக் கிடக்கின்றன. அன்மையில் ஒரு ஆஸ்துமாகண்ட நாள்பட்ட வியாதியஸ்தருக்கு கையாண்டு பூரண குணமும் கண்டுள்ளது. முறை விபரம்; வெள்ளை கலியாணமுருக்கன் இலையை இடித்து பிழிந்த சாறு ஒரு சங்களவு [1 அவுன்சு] வெங்காயத்திலே வெள்ளைரகம் உள்ளது [சிகப்பு நிறம் கூடாது] வெங்காயத்தை இடித்து பிழிந்த சாறு ஒரு சங்களவு புழுங்கள் அரிசியை கழுவி சோறு வேகும் போது கொதிக்கும் நீரில் இரண்டு சங்களவு ஆக நான்கு ஒரு சிறிய குவளை [டம்ளர்] ஆகும், இதை ஒன்றாக கலந்து காலை வேளை மட்டும் இளஞ் சூடாக நாள் தோறும் பருகி வரலாம். நாள்பட்ட இரைப்பு காசம் கூட இதனால் பூரணமாக ஒழியும் என்பதில் ஐயமே இல்லை. மாமிச உணவு புகை, போகம் கூடாது,

சிறுநீர் எரிச்சல் நீங்க

தினமும் ஒரு தேக்கரண்டி இதன் இலைச்சாற்றை மோரில் கலந்து குடித்துவர மூத்திரதாரை அழர்ச்சி சிறு நீர் எரிச்சல் அடங்கி சூடு தணியும்,

சர்ம ரோகங்களுக்கு நிகரற்றது

வெள்ளை கலியாண முருங்கை தெரியாதவர் வைத்தியாக இருக்க முடியாது என திடமாக கூறி விடலாம், தமிழ்நாட்டில் சர்வமேக ராஜாங்க எண்ணை என்ற ஓர் முறை. இது அந்தந்த ஊரில் பிறந்த பரம்பரை வைத்தியர்களால் கையாளப்படுவதால் அந்த ஊர் பெயரே இந்த எண்ணைக்கு வைத்துவிட்டார்கள். இம்மாதிரியான மேக எண்ணைகள் தயாரிக்க வெள்ளை கலியாண முருக்கன் இல்லாவிட்டால் அந்த எண்ணை ஒருவித பயனும் தராது எந்தவித சர்ம ரோகங்களுக்கும் எண்ணை ரூபத்தில் காய்ச்ச இதன் இலை ஓர் அரசனைப்போன்ற துணையாகும். தீராத பல கரப்பான், சொறி, சிரங்கு, படைகளுக்கும் சிகை அலங்கரித்து சிங்காரம் செய்துவிடும் சலூன்காரர்கள், தொற்றுப் புண்கள் பல முகங்களில் பட்டு வந்த கத்திப் படைச்சொறிகள் ஆகிய சர்ம புண்கள் தீரவேண்டுமா? முறை விவரம்: வெள்ளை கலியாண முருக்கன் இலையை ஒரு பலம், முற்றியதேங்காய் பருப்பு ஒருபலம், சிறிய துண்டு மஞ்சள் இவைகளை நன்றாக மைபோல அரைத்து இரவு வேளைகளில் மேலே பற்று போட்டு வைத்து காலையில் குளித்து வர யாவும் மறைந்து விடும் குப்பை மேனிக்கு நிகரானது. உள்ளுக்கும் இதன் இலைச் சாற்றை மட்டும் இரண்டு தேக்கரண்டி தினம் ஒரு வேளை சாப்பிடுவது மலத்தை இளக்கி கிருமிகளைக் கொன்று சர்ம ரோகத்தை விரைவில் குணமாக்க உதவுகிறது.

சுகபேதியாகி மலக்கட்டு நீங்க

ஆண்டுக்கு இருமுறை வயிற்றைச் சுத்தப்படுத்திக் கொள்ளுவது எனபது நமது நாட்டு மருத்துவவிதி தற்காலத்தில் கண்ட மாத்திரை மருந்துகளை பேதிக்கு சாப்பிட்டு குடல் கோளாறுகளுக்கு ஆளாகிவிடுகிறார்கள், கலியாண முருக்கன். இலைச் சாற்றை இடித்துப் பிழந்தசாறு 2 அவுன்சு, அரை அவுன்சு சோற்று உப்பு சேர்த்து கலக்கி காலை வெறும் வயிற்றில் குடிக்க இரண்டு முதல் நான்கு தரம் மல நீராகி பேதியும், ஒருதரம் கபம், பித்தம் கழிய வாந்தியும் ஆகி சுகநிலைக்கு உடலைக் கொண்டு வரும். அதிகம் பேதி ஆனால் மோர் குடிக்க பேதி நின்றுவிடும்

அபாயம் இல்லாத சுகபேதி பழங்கால முறை இதுவே. ஆனால் இம் முறை கருவுற்ற மாதர் [கர்ப்பிணிகள்] சாப்பிடலாகாது என்பதை நினைவு படுத்துவதும் நல்லதே.

பூச்சிகள், மலப்புழு சாக

நெருப்புக்கொட்டை என்று சொல்லப்படும் இந்த மரத்தின் விதை வயிற்றில் உள்ள கிருமி, மலப் புழுக்களைக் கொல்லும் சக்தி கொண்டது. முறை விபரம்: விதைக் கொட்டையை உடைத்து மேல் தோல் நீக்கி, இடித்துத் தூள் செய்து கொண்டு 5 அரிசி எடை மேல்படி சாற்றில் கலந்து சாப்பிட குடல் பூச்சிகள் வெளியே வந்து விழும்.



உ

பொருள் விளக்கத் தெளிவுரை !

41. வில்வம் (கூவிளம்)

இதன் வழக்கு பெயர்: வில்வ மரம். தெய்வீக மூலிகை சிவார்ச்சனைக்குரிய பத்ரம். இதன் வேறு பெயர்கள் சிவத்துருமம், கூவிளை, குசாபி, நின்மலி, மாலூரம், ஆங்கிலம்: Aegle Marmelos, மலையாளம் கூவளம், கன்னடம்: பேலா, தெலுங்கு: பில்வமு உருது. ஷுல். சமஸ்கிருதம், பில்வா, ஹிந்தி: பேல்.

உபயோகம்: மலமிளக்கி, பசித்தூண்டி, செரிப்புண்டாக்கி காமம் பெருக்கி, சாயமேற்றி, வெப்பமகற்றி வியர்வைபெருக்கி, துவர்ப்பி குருதிப்போக்கடக்கி.

தீரும் நோய்கள்

மந்தம், மேகம், குன்மம், விந்து நாசம், வாத குன்மம், கபம், கபகரம், நீரேற்றம், சன்னி. பித்த கோவை அதிசாரம், க்ஷயம், வாந்தி, அரோசகம், விக்கல், கண்ணெரிச்சல், கபாலச்சூடு, மூலரோகம், ரத்தசீதபேதி, பாண்டு, காமாலை, மேகவாய்வு வயிற்றுக்கடுப்பு. மலபந்தம், சுரம், தந்தரோகம்.

42. கட்டுக் கொடி.

இதன் வழக்கு பெயரே கட்டுக்கொடிதான் இதர பெயர்கள் தமிழில் ஏதுமில்லை யென்றே சொல்லலாம். ஆங்கிலத்தில்Cocculus Villosus கன்னடம் டாகாடா, தெலுங்கு: துசாரி, சமஸ்கிருதம். ஜல ஜம்னி, வசனவல்லி, வனடிக்-டிகா. உருது: ஜம்டிகா பட்டா, இந்தி: ஜம்டிகி பேல், பாரிட் பேல்.

குணதிசயம்: நீரைக்கட்டும், குளிர்ச்சியுண்டாக்கி உடல் தேற்றி, மலமிளக்கி. உள்ளழலாற்றி.

தீரும் வியாதிகள்.

முக்கியமாக பெண் ரோகத்தால் விளைந்த வெள்ளை ஒழுக்கு, வெட்டை, மேக அனல், நீராகவே போகும் மலக்கழிச்சல், பெரும்பாடு, மேக ஒழுக்கு, நீர் எரிச்சல், கரப்பான் நோய், சீத ரத்த பேதிகள், வாத ரோகம், பித்த குன்மம் ஆகியன.

43. முள்ளங்கி.

வேறு பெயர்கள்; மூலகம், முள்ளாங்கி, முல்லங்கி, ஆங்கிலப் பெயர்: White Radish. மலையாளம்: கங கபால் உருது: டர்பி. இந்தி: முலி.

உபயோகம்: விதை, கிழங்கு, இலை, பூ.

குணதிசயம்: மலமிளக்கி, வெப்பகாரி, பசிதூண்டி, காமம் பெருக்கி, சிறுநீர் பெருக்கி.

தீரும் நோய்கள்.

வயிற்று நோய், குன்மம், குடல் நோய், வயிற்றெரிச்சல் குத்தல், குன்மம், வாதப்பிணி இருமல், கபம், தந்த ரோகம், மூலக்கடுப்பு, சுவாசம், கரப்பான், தாது பலஹீனம், நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, மலச்சிக்கல் ஆகியன.

44. கறிவேம்பு.

இதர பெயர்கள்: கறிய பிலே, கருவேப்பிலே, கரிப் பிலே கறி வேப்பிலே, ஆங்கிலத்தில்: Bergera curry leaf கன்னடம்: கரிபெவின்னகிடா, சமஸ்கிருதம், சுரபி நிம்பா உருது, இந்தி, கரியபாக்.

உபயோகம்: இலே மண மூட்டியாக சமயலிலும் ஈர்க்கு பட்டை வேர் மருத்துவப் பயனுகவும்.

குணதிசயம: பசித்தூண்டி, மணமூட்டி, உா மாக்கி பைத்திய தோடம் நீக்கி.

தீரும் நோய்கள்; அஜீரண பேதி, குமட்டல், வாந்தி, உஷ்ண பேதி, செரியா மந்தம், பித்த க்ஷயம், மலச்சிக்கல், கிராணி, குழந்தை நோய்கள், கப வாத சுரங்கள் ஆகியவை.

45. வெங்காயம்.

இதர பெயர்கள்: காயம் ஈர வெங்காயம் உள்ளி, ஈர உள்ளி, ஈருள்ளி, பலாண்டு நிச்சியம் கிரந்தம் சாம்பார வெங்காயம் ஆங்கிலம்: Onion தெலுங்கு எர்ரகெட்டா உல்லிகெட்டா. மலேயாளம்:ஈருள்ளி, கன்னடம்: நீருள்ளி: இந்தி உருது: பியாஸ்.

உபயோகம்: தாள். பூ. கிழங்கு; விதை.

குணதிசயம்: சிறுநீர் பெருக்கி. உஷ்ணமுண்டாக்கி. ருது உண்டாக்கி. உள்ளழல் ஆற்றி கோழைய கற்றி காமம் பெருக்கி குளிர்ச்சிப் போக்கி.

தீரும் நோய்கள்

சலதோடம் கபம். சீதள சுரம். குடல் நோய் வயிற்று அழற்சி, பேதி, மூலரோகம், வரட்சி, ரத்த வாந்தி,

மூலச்சூடு, உஷ்ண நோய்கள். கண் ரோகங்கள், புகையிலேயால் வந்த உடல தீமைகள், தேள்கொட்டின வலி, வரண்ட சளி. இருமல் சுரம், ஆசனக் கடுப்பு: வெளி மூலம், ரத்தபேதி சீதபேதி, ஆகிய வைகள்.

46. அரச மரம்.

இதர பெயர்கள்: திருமரம், அசுவத்தம், சுவலே, கணவம், சராசனம், பணே, பிப்பிலம். பேதி, அசுவ தத்தம். ஆங்கிலம். Sacred fig, The PeePul tree தெலுங்கு: ரவி செட்டு, மலேயாளம்: ரவியால் கன்னடம்: பிம்பாலா, சமஸ்கிருதம்: அஸ்வதா உருது. பீபுல் பாராஸ், இந்தி: பிபோல்.

உபயோகம்: இலே, வித்து, பட்டை வேர்.

குணதிசயம்: விதை, மலமிளக்கி, துவர்ப்பி, உர மாக்கி. பலகாரி.

தீரும் நோய்கள்.

மனதிற்கு அமைதி தரும், உடல் சூட்டை தணிக்கும், சுக்கில சுரோணித குற்றங்களே நீக்கும். ஜீரண உறுப்புகள் குற்றம், தொண்டைவரட்சி, தினவு, சொறி, நமட்டு சிறங்கு, மூத்திர தாரை எரிச்சல். வெட்டைச்சூடு, பித்த வெடிப்புகள், விக்கல், தொண்டைக் கட்டு ஆகியன.

47. தொட்டால் சிணுங்கி.

இதர பெயர்கள்: இலச்சகி, காந்த மூலி, தொட்டால்வாடி, தொட்டாற் சுருங்கி, தொட சுணங்கி, ஆங்கிலம்: Humble plant, Sensitive plant, தெலுங்கு: அட்ட பட்டி செட்டு, மலேயாளம், திண்டா் மணி- கன்னடம்: நச்சிகிகிடா சமஸ்கிருதம்.

நமஸ்காரி, இந்தி, லச்சாலு,
உபயோகம்: இலை, வேர்.

குணதிசயம்: மனதில் பிரதி பலிக்கக் கூடியது காமம் பெருக்கி, உறமாக்கி, உடல்தேற்றி.

தீரும் நோய்கள்

மேக நீர். வாதத்தால் வந்த வீக்கம், கீல் வாதம், மூலச் சூடு ஆசனக் கடுப்பு, சிற்றின்பத்தில் பலஹீனம்.

48. எட்டி மரம்.

இதர பெயர்கள். காஞ்சிரம், விடமுட்டி ஆங்கிலம் நக்ஸ் வாமிகா, ஸ்ட்ரைகொனேன் டிரீ, தெலுங்கு கன்னடம்: முஷ்டி செட்டு, சமஸ் கிருதம்: விஷ முஷ்டி, உருது: இஸ்ராகி, இந்தி: கொஜ்லா.

உபயோகம்; இலை, பழம், வித்து, பழசத்து மரப்பட்டை வேர் பட்டை.

குணதிசயம்: நீர்மலமாக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி சிறுநீர் போக்கி, உரமாக்கி, தாது பலம் போக்கி, அழுகல் அகற்றி அகட்டுவாய்வகற்றி.

தீரும் நோய்கள்

விஷபேதி. காலரா, வாந்தி பேதி, சகலவித விஷக்கடி கள் பாம்புக்கடி, நாள்பட்ட வாதவலிகள், நரம்பு இசிவு சொறி சிறங்கு, புண், புரைகள் தேள் கடி விஷம், வாத ரோகம் சிவந்தநிறமுடைய கட்டிகள் குஷ்டரோகம், கரப்பான் பித்தபாண்டு நீர்கோவை மூலரோகம், மலபந்தம் ஆகியன,

49. பற்பாடகம்.

இதர பெயர்கள்: சீதம் பொப்படம் பப்படம், பற்பாடம் ஆங்கிலம்; Mollugo. தெலுங்கு மலையாளம் கன்னடம் சமஸ்கிருதம்: பற்பாடகம், உருது: ஹசார டஞ, இந்தி: தப்தஜ்

உபயோகம: முழு செடியும் (சமூலம்)

குணதிசயம்: வியர்வை பெருக்கி, மலமிளக்சி, அழு கலகற்றி, வெப்பமகற்றி, பசி தூண்டி, குளிர்ச்சியுண் டாக்கி, தாகமகற்றி,

தீரும் நோய்கள்

சீதள, கப, பித்த சுரங்கள், விட சுரங்கள் யாவற்றிற் கும் உடல் நாற்றம், உடல் அழுக்கு, சளி இருமல், இளைப்பு, காசம், பேதியில் விட சுரம், நாள் பட்ட சுரம், அதிக தாகம் ஆகியன.

50 ஆதிநாராயனன்,

இதர பெயர்கள்: வாதமடக்கி, வாதங்கரச்சி, வாத நாராயணன். இம்மரத்திற்கு ஆங்கில பெயர்களோ அல்லது தெலுங்கு, மலையாளம், கன்னட பெயர்களோ, இந்தி, உருது, சமஸ்கிருதத்திலும் அகராதி கிடையாது ஆனல் இதே வாத மடக்கி என்ற பெயரில் தழுதாழை செடிக்கும் இந்த ஆதிநாராயண மரத்திற்கும் வித்தியாசம் தெரியாமல் இரண்டுக்கும் ஒரே தன்மையான குணத்தைக் கொடுத்து (கற்பனையாக) மூலிகைகளை நேரில் பார்க்காமலே விளக்கம் தந்து சில வட நாட்டு மருத்துவ ஆசிரியர்கள் குறிப்பிட்டுள்ளனர். தழுதாழைக்கும், வாதமடக்கி என்ற பெயர் இருப்பினும் இலையில் வித்தியாசம் இருப்பது போல குணத்திலும் வேறுபாடு உள்ளது. இதை நமது நூலின்கண் உள்ள வரை பட விளக்கம் கொண்டு நன்கு விளங்கிக் கொள்ளலாம். கிளி ரோடன்ரன் என்ற ஆங்கில வார்த்தை வாத நாராயண மரமா? தழுதாழையா ? என்பது சந்தேகக் கேள்வியேயாகும்.

உபயோகம்: இலை மட்டும் வழக்கில் உள்ளது.

குணதிசயம்: வீக்கங்கரைச்சி, வாதமடக்கி, பெரு வலி போக்கி, சிறு நீர் பெருக்கி, மலம் நீராக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

கடுமையான மலச்சிக்கல், அதிக உஷ்ணம், மலச் சிக்கலால் வந்த தலைவலி, வாத ரோகம், கீல் வாய்வு. முடக்கு வாதம். நடுக்கு வாதம், நரம்புத் தளர்ச்சி, குடைச்சல் வலி, நரித்தலை வாதம், மாந்தம் சீதள சுரம், இழுப்பு, சன்னி, அசீரணம், மூட்டுக்களில் வலி, வீக்கம் சொறி, சிறங்கு, பாரிச வாதம், பக்க இசிவு, நரம்பு இழுப்பு, முகத்து இசிவு முதலிய 80 விதமான வாத ரோகங்கள் முதலியன,

51. பேய்ச் சுரை

இதர பெயர்கள்: காட்டுச் சுரை.

உபயோகம்: இலை, கொடி, முற்றிய சுரைக்காய் ஓடு.

குணதிசயம்: வாந்தியுண்டாக்கி, கடு விடமகற்றி, மலம் நீராக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

பாம்புக் கடி, ஜலமண்டலம், நட்டுவாக்காலி, தேள் கடி நாட்பட்ட காசம், சளி, கபக்கட்டு, வெளி மூலம் சகலவித பாம்புக்கடிகளுக்கும், மாலைக்கண் ஆகியன

52. பூலோக கற்பக விருட்சம்

இதர பெயர்கள்: தென்னம் பிள்ளை, தாழை, தெங்கு மரம், இலாங்கனி, தென், நாளிகேரம், தென்னை மரம், இ.-தன்றியும் தென்னை மர வகுப்பை சேர்ந்ததல்ல என் பதும், புல் இனம் என்று தொல்காப்பியத்தில் " அகக்

காழ் எனப்படுவதே மரம் எனப்படும் புறக்காழ் என்பது புல் எனலாகும்" என்ற வாக்கியத்தால் தென்னை மரத் திற்கு புல் மரம் என்ற வழக்கும் இலக்கிய சான்று உள்ளது. ஆங்கிலம்: Coconut palm, தெலுங்கு: தெங் காய் செட்டு, மலையாளம்: தென்ஞ, கன்னடம்: தெங் கிஞ கிடா, சமஸ்கிருதம்: நாரிகேளா, இந்தி: நாரி யால், உருது: நாரல்.

உபயோகம்: இலை, குருத்து, பூ, பாளைப்பிஞ்சு, காய், வேர், நார், ஈர்க்கு, பருப்பு, இளநீர், ஓடு, மது.

குணதிசயம்: குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, சிறுநீர் பெருக்கி, உள்ளழலாற்றி, மல பசித் தூண்டி, உடலுரமாக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி, உஷ்ண மிளக்கி, புழுக்கொல்லி, வெப்பமுண்டாக்கி, நீர் பாண்டு வாய்வு, அடி வயிற்று நோய், மகோதரம், ரத்த சோகை, மயக்கம், கிராணி கருப்பாசய நோய்கள், ரத்த சோகை, பசியின்மை, எலும்பு வாந்தி, உட்காய்ச்சல், காமாலை, வெள்ளை ஒழுக்கு, உருக்கி, நீர் சுருக்கி, பிரமேகம், காசம், மூலம், இரைப்பு சொறி, சிறங்கு, சயரோகம், கப நோய், அரையாப்பு, நோய், இருமல் ரத்த மூலம், ரணம், கொப்புளம், மேக விப்புருதி, சிலந்தி நோய், அனல் ஆகியன.

53. அகத்தி

இதர பெயர்கள்: முனி, கரிரம், அச்சம், ஆங்கிலம்: Sesbaenia, Grandflora, தெலுங்கு: ஆவிசி, கன்னடம்: ஆகாஷி, சமஸ்கிருதம்: அகததியா, உருது: அக்டி-கா-ஜார்.

உபயோகம்: இலை, பூ, பட்டை, வேர்.

குணதிசயம்: நச்சுப் (விடம்) போக்கி, செரிப்புண் டாக்கி, வெப்பமகற்றி, மலமிளக்கி, குளிர்ச்சியுண் டாக்கி.

தீரும் நோய்கள்

நஞ்சுத்தன்மையுடைய மருந்துகளுக்கு முறிவு, இடு மருந்துகளின் தீமை, மனக்கலக்கம், குழப்பம், பயித்தியம், மலச்சிக்கல், பித்தப்பிணிகள், புகைப் பழக்கத்தால் உண்டான கபம், சளி, பித்த சுரம், தாகம், உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் எரிச்சல், சிறுநீர் கடுப்பு, மூத்திர தாரை எரிச்சல், அம்மை சுரம் ஆகியன.

54. கரப்பான் பூண்டு.

இதர பெயர்கள்: கரப்பாணிப் பூண்டு, பஞ்சுப் பூண்டு பஞ்சிமுசுட்டை, Botanicalname:Ipomoea Candicans மற்ற மொழியில் இதற்கு பெயர் கூற இயலவில்லை, தென்னாட்டிற்கே உரிய இப்பூண்டு மற்ற இடங்களில் கிடைக்குமாயின் பெயர் வந்திருக்கக் கூடும்.

உபயோகம்: முழு செடியும். (சமூலம்)

குணதிசயம்: நுட்புழுக் கொல்லி, மலமிளக்கி, தூய்மையாக்கி, வாதமடக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

நாட்பட்ட சொறிசிறங்குகள், கருமை நிறமான படைகள், சில்வண்டுபூச்சிகள், நாள்பட்ட நீர் ஒழுகும் ரணம், கரப்பான் தினவுகள், தீராத குழிப்புண், வெடிப்பு ரணம் மேக ரோகப்படை ஊரல்கள், வாத நோய்கள்; கபம், மலச்சிக்கல், மூத்திர தாரை குற்றங்கள், சிறு நீர் தடை கருவண்டு கடிகள், பலவித பூச்சிக் கடிகள், சிலந்தி கடி செவ்வண்டு கடிகள், தெள்ளுப் பூச்சி, பூரான், செய்யான், தேள் கடி விடத்தால் வந்த கருமை நிற படைகள் ஆகியன.

55. அரிவாள்மணைப் பூண்டு.

இதர பெயர்கள்: அரிவாள் மூக்குப் பச்சிலை, ஆங்கிலம்: Sida Rhom boidea. இதர மொழிகளில் பெயர்கள் தென்படவில்லை.

உபயோகம்: இலை.

குணதிசயம்: குருதிப் போக்கடக்கி, அழுகலகற்றி, வலி போக்கி, ரணமாற்றி, விடம் போக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

வெட்டுகாயங்கள், அடிப்பட்டதால்நிற்காமல் பீறிட்டு வரும் ரத்தம், ரண காயங்கள், விடக்கடிகள், ஒற்றைத் தலை வலி, நீர் ரோகங்கள் ஆகியன.

56 செம்பை.

இதர பெயர்கள்: கருஞ்செம்பை, கருஞ்செம்பருத்தி சித்தகத்தி, கருஞ்சித்தகத்தி, ஆங்கிலம்: Sesbania small leaf.

உபயோகம்: இலை, பூ, விதை, வேர்.

குணதிசயம்: வீக்கங் கரைச்சி, புழுக் கொல்லி வெப்பமுண்டாக்கி, நுட்புழுக் கொல்லி, துவர்ப்பி, ருது உண்டாக்கி, ரணமாற்றி, அழுகலகற்றி.

நீங்கும் நோய்கள்

சீழ் கொண்ட கட்டிகள், அரையாப்பு, (தொடை வாழை) ரத்தம் கட்டி வீக்கங்கள், அடிப்பட்ட காயங்கள், கபம், மேக ரோகம், கரப்பான், வாதநீர் கட்டிகள், வயிற்றில் பூச்சி, சொறி, சிறங்கு, சர்ம புண்களுக்கு, தீராத தலைவலி, சன்னி, கபாலக்குத்து, நீர் ஏற்றம்,

கழுத்து நரம்பு வலி, சூதக ஜன்னி, குடைச்சல், ஒருத்தலைவலி, நாள்பட்டபீனிசரோகம், மலச்சிக்கல், பெரும்பாட்டு உதிரப் போக்கு, அசீரணப் பேதி, உஷ்ண பேதி சில் விடங்களின் விஷக்கடிகள் ஆகியன.

57. கள்ளி முளையான்.

இதர பெயர்கள்: களையா முளையா, கல்லி முல்லி, ஆங்கில பெயர்: Stapelia Virgata

உபயோகம்: தண்டு மட்டும்.

குணதீசயம்: பசித்தூண்டி. பலகாரி, உடலுரமாக்கி சீரண நீர் சுரப்பி, (உமிழ் நீர் பெருக்கி,) குளிர்ச்சியுண்டாக்கி.

தீரும் நோய்கள்.

வாய் அருசி, வாந்தி, குமட்டல். வாத பித்த, சிலேத்துமப்பிணிகள், பசியின்மை, ஆகியன.

58. சுண்டை.

இதர பெயர்கள்: கடுகி, மலைச்சுண்டை, தெலுங்கு உஷ்டிகாய, ஆங்கிலம்: Salonum Verbasi folium

உபயோகம்: காய், உலர்ந்த வற்றல், வேர்.

குணதீசயம்: நுட்புழுக் கொல்லி, பூச்சிக்கொல்லி, கோழையகற்றி, பசித்தூண்டி, பலகாரி.

தீரும் நோய்கள்

ஈளை, காச இருமல். மார்பில் கபக்கட்டு, மூலரோகத்தில் ஆசனக்கடுப்பு, திமிர்ப் பூச்சிகள், வாத ரோகம்.

மூலச்சூடு, நாக்குப் பூச்சி, கொக்கிப் புழு, நாடாப் புழு, பசியாத மந்தம், அரோசிகம், ஆகியன.

59. நித்தியக் கல்யாணி.

இதர பெயர்கள்: சுடுகாட்டுப் பூ, காக்காப் பூ, பீங்கான் பூ செடி, உருது: சாதாஸ்வாகன்.

உபயோகம்: வேர், பூ, இலை.

குணதீசயம்: சர்க்கரைக் கொல்லி, சிறு நீர் குறைபட போக்கி, உரமாக்கி, துவர்ப்பீ, வரட்சியகற்றி.

தீரும் வியாதிகள்.

அதி மூத்திரம், தாகம், வரட்சியகற்றி, மிரட்சி பிரேத பலவீனம், சக்கரை சத்து, பசியின்மை ஆகியன

60. கஞ்சாங் கோரை

இதர பெயர்கள்: சங்கர துளசி, நாய்த்துளசி, ஆங்கிலம்: ஓசிமம் ஆல்பம், தெலுங்கு. தெல்ல துளசி, சமஸ்கிருதம்: சுரசம் கம்பீரம்.

உபயோகம்: செடி, இலை, கதிர், சமூலம்

குணதிசயம்: நாற்றம் போக்கி, தூய்மையாக்கி, வியர்வை பெருக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி, உரமாக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

மஞ்ஞை வியாதிகள், குழந்தை வியாதிகள், மாந்தக் கழிச்சல், விக்கல், சடைப்பு, இருமல், சளி, மூலச்சூடு, மேக ரோக நோய்கள், மார்சளி, காசம், இருமல், ஆரம்ப நிலை சயம், மூலரோகம், மூட்டைப் பூச்சி ஒழிய பேன் ஒழிய.

61. கலியாண முருக்கன்

இதர பெயர்கள்: முள்முருக்கு மரம், நெருப்புக் கொட்டை மரம், ஆங்கிலம்: இன்டியன் கோரல் டிரீ, தெலுங்கு: பாடிசாப்பு செட்டு, மலையாளம்: கரு முருக்கன் மரம், கன்னடம்: பரவலாட மரா, சமஸ்கிருதம்: கிம்சுகம், மண்டல்யா, இந்தி: பாங்ரா, உருது: பெரூட்

உபயோகம்: இலை, பூ, விதை, பட்டை.

குணதிசயம்: கிருமி கொல்லி, புழுக்கொல்லி, நுட் புழுக்கொல்லி, கோழையகற்றி. பித்தமகற்றி, வெப்ப மகற்றி. சிறு நீர் பெருக்கி, மலமிளக்கி, பால்பெருக்கி ருதுவுண்டாக்கி.

தீரும் நோய்கள்

குழந்தை வியாதிகளுக்கு; பெண் ருதுசூலை கோளாறு ஆஸ்துமா வியாதிகள், சிறு நீர் எரிச்சல், சகல வித சரும நோய்களுக்கும், மலச்சிக்கல், மலப் புழுக்கள் சாக கிருமிகள் விலக.

(மூன்றும் பாகம் முற்றும்)

